# سادھارن دھرم

مُصنفہ

## سوامی شوگن جی جوگی

اوپدیشک دھرم مہوتسو

پہلی مرتبہ سنہ ۱۸۹۶ مین

مطبع خادم التعلیم پنجاب لاہور مین باہتمام منشی محبوب عالم صاحب مالک مطبع کے چھپا

نوٹ: یہہ پوتھی معرفت بھگت ایشرداس صاحب سکنہ گنجاہ کے ملسکتی ہے

# دیباچہ

پرماتما کی پریرنا اور جوگ ابھیاس کے سادھنوں کے پرتاپ سے۔ سچے دھرم کا ابھاؤ دیکھ کر بہت سے اصحاب کی خواہش کے بموجب اور بہت سے لائق اصحاب کے صلاح مشورہ کے ذریعہ میں نے یہ کتاب ستیارتھ پرکاش وغیرہ کے سادھارن دھرم نام لکھی ہے۔ جس کا مقصد یہ ہے کہ سچے دھرم کے متلاشیوں کو سلسلہ وار ترقی کرنے کا موقع ملے اور سنسار کے دکھوں کی نورتی ہو کر سکھوں کی بردھی ہو۔

اس وقت بہت سے اصحاب دھرم کی اونتی میں کوشش کر رہے ہیں جن میں سے بعضے تو صرف اپنے ذوقی فائدوں کے واسطے کام کر رہے ہیں بعضے صرف ایک یا زیادہ مسئلوں پر بحث و مباحثہ کرنا ہی کافی سمجھے ہوئے ہیں بعضے صرف ایک یا زیادہ دھرم کے انگوں کو ہی پھیلانا اور عمل میں لانا کافی سمجھ کر اسی میں ساری توجہ لگا رہے ہیں اور چونکہ ایک بات میں تبدیلی کرنے سے بے شمار باتوں میں تبدیلی کرنے کی ضرورت پڑتی رہتی ہے اور ان تبدیلیوں کو دیکھ کر وہ لوگ گھبراتے اور دل برداشتہ ہوتے جاتے ہیں اس وجہ سے جیسے چاہئے کامیاب نہیں ہوئے ہیں۔ ان حالات میں دھرم کا سلسلہ وار اور عام فہم عبارت میں اور واضح طور پر لکھا جانا امید ہے کہ متلاشیان دھرم کے واسطے ضرور مفید ہوگا *

(شوگن)

# فہرست مضامین سادھارن دھرم



## شاریرک دھرم کی تفصیل



## فہرست مضامین مانسک دھرم

## فہرست مضامین آتمک دھرم

## فہرست مضامین گرہست دھرم



## فہرست مضامین سماجک دھرم

# سادھارن دھرم

**دھرم کی ویاکھیا یعنے تشریح**

دھرم ایک سنسکرت لفظ ہے جسکے معنے دھارن کرنا ہے اصطلاح میں دھرم اون فرائض کو کہتے ہیں جنکے جاننے اور ٹھیک ٹھیک ادا کرنے سے اس دنیا میں آرام اور عاقبت میں نجات حاصل ہو سکتی ہے برخلاف اسکے اون فرائض کو نہ جاننے کو اودیا اور نہ ادا کرنے کو ادھرم کہتے ہیں۔ جسکے سبب طرح طرحکی تکالیف میں مبتلا ہونا ہوتا ہے ✢

جن کرمونکو کرتے وقت یا پھل بھوگتے وقت اپنے تئیں یا دوسرونکو آرام حاصل ہو وہ دھرم میں داخل ہیں اور جنکے کرتے وقت یا پھل بھوگتے وقت اپنے تئیں یا دوسرونکو دکھ ہووے وہ ادھرم سمجھنے چاہئیں ✢

جن کرمونکے کرنے سے جسمانی۔ اخلاقی اور روحانی طاقتیں سلسلہ وار ترقی کریں اور جن طریقوں پر چلنے سے انسان کو اپنا سروپ یعنی اصل ہستی معلوم ہو کر اپنا تعلق وشو یعنے دنیا سے معلوم ہو وہ دھرم ہے اور برخلاف اوسکے ادھرم ✢

وشسٹ سنسکار اور کرموں کو ادھرم اور شبھ سنسکار اور کرموں کو دھرم کہتے ہیں ✢

وشسٹ سنسکار اور کرم یعنے برے خیالات اور افعال وہ ہیں جنکے کرتے وقت بھے شنکا۔ یا لجا پراپت ہو یعنے خوف شبہ یا شرم آوے ✢

کھانا پینا۔ سونا جاگنا۔ خوشی رنج دوستی دشمنی۔ وغیرہ باتیں انسان اور حیوان دونوں کو حاصل ہیں۔ مگر انسان میں ایک ایسی طاقت بھی موجود ہے جسکے ذریعہ دھرم اور ادھرم میں تمیز کر سکتا ہے اور دھرم کو اچھی طرح جانکر اور اوسپر اوپایوگ یا عملکر کے بڑے سے بڑے درجے حاصل کر سکتا ہے اسی واسطے انسانکو اشرف المخلوقات کہا گیا ہے ✢

جن مہاتما پرشوں یعنے بزرگوں نے دھرم کی ماہیت کو سمجھکر اوسپر اچھی طرح عمل کیا ہے وہ

اوسکے پھل میں شہد سے زیادہ مٹھاس۔ جل سے زیادہ شیتلتا۔ چندرماں سے زیادہ شانتی اور آنند اور سورج سے زیادہ تیج اور پرکاش کو محسوس کرتے ہیں وہ دھرم سے ایک لمحہ جُدا ہونا نہیں چاہتے۔ اور اپنی زندگی کا اعلےٰ فرض اوسکو خود دھارن کرنا اور دوسروں میں پھیلانا سمجھتے ہیں یا خود غرض اور جاہل آدمی اونکو ایسا کرنے میں اکثر روکتے اور تکلیف پہنچاتا بھی چاہتے ہیں مگر دھارمک پُرش کسی کا روٹا اور تکلیف کا خیال نہیں کرتے اور دھرم کیخاطر اپنی جان تک نچھاور کرنے کو تیار رہتے ہیں ❖

خواہ کسی مُلک کا آدمی ہو۔ کسی قوم یا فرقے میں ہو۔ دولتمند ہو۔ خواہ مفلس خواندہ ہو خواہ ناخواندہ۔ لڑکا ہو۔ یا بڈھا۔ مرد ہو یا عورت سب دھرم کو حاصل کرنے اور اوسکے پھل بھوگنے کے اودھکاری یعنے مجاز ہیں ❖

جب انسان پیدا ہوتا ہے تو دھرم یا ادھرم اوسکے ساتھی بنتے ہیں زندگی بھر ہر ایک لمحہ میں یہ ساتھ برابر رہتا ہے اور جب انسان مرجاتا ہے تو اگرچہ سارے دُنیاوی سامان استری پُتر۔ نوکر۔ دھن مال بڑائی وغیرہ اوسکا ساتھ چھوڑکر یہاں ہی رہجاتے ہیں تاہم دھرم یا ادھرم ساتھ ہی جاتا ہے۔ اسلئے ہر ایک شخص کو لازم ہے کہ دھرم کو نہایت ضروری سمجھکر اوسکے جاننے کی اور اوسکے مطابق زندگی بسر کرنے کی کوشش کرے اور دوسروں سے کوشش کراوے ❖

دُنیاوی سامان حاصل کرنے میں بہُت کوشش اور تکلیف اوٹھانی پڑتی ہیں پھر بھی کبھی وہ سامان حاصل ہوتے ہیں کبھی نہیں کیونکہ اگر بہُت سے آدمی کوشش کریں کہ وہ بادشاہ بنجاویں تو وہ سب کامیاب نہیں ہوسکتے۔ سوائے اسکے دُنیاوی سامان کے حاصل ہونے پر اگر اوسکا نامناسب استعمال کیا جاوے تو اپنے تئیں اور دوسروں کو نقصان پُہنچنے کا اندیشہ ہے۔ لیکن دھرم کو اگر لاکھوں اور کروڑوں آدمی حاصل کرنا چاہیں تو سبکو حاصل ہو سکتا ہے دھرم کے ذریعہ دنیاوی سامان بھی تھوڑی محنت سے حاصل ہونے ممکن ہیں اور اونکا نامناسب استعمال کسی صورت میں نہیں ہو سکتا اور نہ دھارمک پُرشوں سے کسی دوسرے کو نقصان پُہنچنے کا اندیشہ ہو سکتا ہے ❖

**دھرم کی اقسام۔** جیسے پیدا ہونے سے مرنے تک انسانی زندگی کا ایک ہی سلسلہ معلوم ہوتا ہے مگر اوسمیں لڑکپن۔ جوانی۔ بڑھاپہ وغیرہ بھید موجود ہیں اور جسطرح کی شروعات

لڑکپن میں ہو جاتی ہے اوسیطرح سے جوانی اور بڑھاپا عموماً اثر پذیر ہوتا ہے۔ ایسے ہی دھرم یعنی فرائیض انسانی کا اگرچہ ایک ہی سلسلہ ہے تاہم متلاشیان وطالبان دھرم کی واقفیت وعلدرآمد کیواسطے دھرم کی چند اقسام قائم کرنی مناسب سمجھی گئی ہیں اور اون اقسام میں شاریرک دھرم وغیرہ شروع کے فرائیض کو زیادہ واضح طور پر بیان کرنا مصلحت سمجھا گیا ہے تاکہ شروع عمدہ ہونے سے آخر تک آسانی کے ساتھ کامیابی ہوتی چلی جاوے +

پہلی دو بڑی قسم لوکک اور پارلوکک دھرم ہیں لوکک دھرم سے اون فرائیض کی مراد ہے جنکو جاننے اور عملیں لانے سے آروگ شریر اور نرمل بُدھی ہو کر۔ یعنے جسمانی صحت اور عقل کی تیزی ہو کر حسب لخواہ دُنیاوی سکھ حاصل ہونے ممکن ہیں +

پارلوکک دھرم سے وہ فرائیض سمجھنے چاہئیں۔ جنکے ذریعہ موکش یعنی نجات حاصل ہو سکتی ہے لوکک دھرم کی پانچ قسمیں کیگئی ہیں شاریرک دھرم یعنے جسمانی فرائیض۔ مانسک دھرم یعنے اخلاقی فرائیض۔ آتمک دھرم یعنے روحانی فرائیض۔ گرہست دھرم یعنے فرائیض خانہ داری۔ اور ساماجک دھرم یعنے فرائیض قومی +

اسیطرح پارلوکک دھرم کی چار قسمیں کیگئی ہیں۔ سنیاس دھرم یعنے فرائیض ترک دُنیا۔ جوگ ابھیاس یعنے قواعد نفس کُشی گیان یعنے معرفت اور موکش یعنے نجات +

# جلد اوّل حصہ اوّل

**شاریرک دھرم کی ویاکھیا یعنی جسمانی فرائیض کی تشریح**

شاریرک دھرم اون فرائیض سے مراد ہے جو استھول شریر یعنے جسم عنصری سے تعلق رکھتے ہیں جو مرنیکے بعد اسجگہ رکھ کر فنا ہو جاتا ہے۔ یہ فرائیض پیدا ہونیسے ہی شروع ہو جاتے ہیں۔ مثلاً دودھ پینا۔ ہاتھ پاؤں وغیرہ اعضاء جسم کو حرکت دینا مل موتر یعنے ضروری حاجات کا رفع کرنا۔ سونا۔ جاگنا۔ وغیرہ۔ کچھ عرصہ تک یہ فرائیض قدرتاً ادا ہوتے رہتے ہیں مگر جیسے جیسے قوائے انسانی بڑھتے جاتے ہیں۔ قدرت اِن فرائیض کو ادا کرنے کا بوجھ انسان پر ڈالتی جاتی ہے +

خوش قسمت ہیں وہ بچے جنکے والدین اِن فرائیض کی عمدگی کو محسوس کرکے اور اونسے اچھی طرح واقفیت حاصل کرکے بچوں کو لڑکپن سے ہی اونکے ادا کرنے کے واسطے عادی کر دیتے ہیں +

**جسم کی بناوٹ اور کاموں پر ایک سرسری نگاہ**

اگرچہ جسم کی بناوٹ اور کاموں پر گہری نگاہ پارلوکک دہرم کے وقت ڈالی جاوے گی تاہم سرسری طور پر دیکھنے سے بھی اس گز ڈیڑھ گز کے پتلے میں عجیب طرح کی حکمت اور کاریگری دکھلائی دیتی ہے ٭

ہڈیوں کا جوڑ۔ رگوں اور پٹھوں کی تاربندی گوشت اور چربی کا لیپن۔ چمڑے کا ڈھکن۔ پھیپھڑوں میں ہوا کا مثل لوہار کی دھونکنی کے باقاعدہ چلکر خون کو صاف کرنا۔ دل کے ذریعہ خون کا تمام جسم میں باقاعدہ دورہ کرنا اور اُسکے فضلہ کا گردوں اور جلد کے مساموں کے ذریعہ خارج ہوتے رہنا کیسی ادہ بہت لیلا رچی ہوئی ہے ٭

غذا چبانے کو مُنھ میں دانت۔ اوسکو نرم کرنے اور پچانے کو منھ میں لُعاب اور پیٹ میں تیزاب غذا پہنچتے ہی اپنا اپنا کام کیسا باقاعدہ شروع کر دیتے ہیں ٭

دماغ کی حفاظت کیواسطے جسکے اندر بے شمار لطیف طاقتیں کام کر رہی ہیں ہڈیوں کی مضبوط ڈبیا۔ سردی و گرمی وغیرہ کی حفاظت کیواسطے۔ بال۔ آنکھوں کی حفاظت کو پلک اور انگلیوں کیواسطے ناخن۔ اور اسیطرح ہر ایک حصہ جسم کی حفاظت اور موزونیت کیواسطے کیسے موزوں اور مضبوط سامان بنے ہوئے ہیں ٭

جسم میں کانٹا وغیرہ چبھ جاوے تو اوسکو باہر نکالنے کی کوشش کوئی ناموافق چیز منھ کے راستہ چلی جاوے تو قے یا دست کے ذریعہ باہر نکالنے کی کوشش۔ ناک میں کوئی خلاف طبع چیز جانے لگے تو بالوں سے رکاوٹ ہونی یا چھینک کے ذریعہ فوراً باہر نکال دینا۔ کوئی زخم لگ جاوے تو اوسکو اچھا کرنے والا مصالح۔ خون۔ پیپ وغیرہ کا چاروں طرف سے اوسجگہ آنکر زخم کو اچھا کرنے کی کوشش کرنی کیسے زبردست انتظام ہیں ٭

باوجود ایسے انتظاموں کے جب شاریرک دہرم کے فرائض بار بار توڑے جاتے ہیں تو جسم میں طرح طرح کی بیماریاں پیدا ہوکر اوسکو تکالیف میں مبتلا کر کے آخرکار نست کر دیتی ہیں اور اگر شاریرک دہرم کے نیم اچھی طرح سے معلوم کر کے نشچا پورنک ان کی پالنا کیجاوے تو سارے جسمانی طاقتیں عمدہ طرح نشو نما پاکر درازی عمر و صحت و آسائش جسمانی کا باعث ہوتی ہیں ٭

**جسمانی ویگوں یعنی روزوں یا جذبوں کا مناسب استعمال**

جسمانی ویگوں کو مناسب طور پر ہرگز نہ پیدا کرنا چاہیے۔ لیکن جب وہ قدرتی طور پر پیدا ہوں۔ یا غلطی وغیرہ سے نامناسب طور پر ہی پیدا ہو جاویں تو اوس وقت اون کو روکنا نہایت نامناسب اور شاریرک دہرم کے ودّہ

یعنے برخلاف ہے ❊

ویگوں کے روکنے سے قابل اخراج مادہ جسم کو تکلیف دیتا ہے اور نامناسب استعمال سے اون ویگونکے استہان کمزور اور ناکارہ ہو کر ہر وقت تکلیف کا باعث ہو جاتے ہیں اور جسم کی نشو نما ٹھیک ٹھیک نہیں ہونے پاتی ❊

اگر کسی ویگ کے وقت وحرکت وغیرہ میں کچھ تبدیلی کرنی مناسب ضروری معلوم ہو تو ایسی تبدیلی تدریج یعنے آہستہ آہستہ کرنی مناسب ہے۔ عرصہ تک ویگوں کے ٹھیک ٹھیک استعمال کرنے سے وہ انسان کے بس یعنے قابو میں ہو جاتے ہیں ❊

وناگ پرشوں کی واقفیت کے لئے چند ویگوں کا مختصر ذکر معہ اون کے مناسب اور نامناسب استعمال کے اس جگہ کیا جاتا ہے ❊

(۱) بھوک۔ جب معدہ میں غذا نہیں رہتی ہے تب جٹھرا گنی کا ویگ اوتپن ہوتا ہے اور اوس وقت معدہ میں خوراک نہ پہنچنے سے بدن کا نقصان ہوتا ہے پس خوراک ضرور پہونچانی چاہئے۔ بھنگ وغیرہ اشیاء کے استعمال سے یہ ویگ نامناسب طور پر پیدا ہوتا ہے۔ پس ایسی چیزوں کو استعمال کرنا نچاہئے ❊

(۲) پیاس۔ جب جسم میں مقدار مناسب سے کم رطوبت رہجاتی ہے تب پیاس کا ویگ پیدا ہوتا ہے اور زبان خشک ہونے لگتی ہے اس ویگ کے روکنے سے بہت سی بیماریاں ضعف جگر وغیرہ کے پیدا ہونے بلکہ موت کا بھی خوف ہے گرم وخشک اشیاء وغیرہ کے استعمال سے یہ ویگ نامناسب طور پر پیدا ہوتا ہے ❊

(۳) پاخانہ۔ حاجت کے وقت پاخانہ کو روکنے سے فضلے کی رکاوٹ کا اثر دماغ میں جانا شروع ہوتا ہے۔ اور سر درد دوران سر۔ نفخ۔ قبض۔ بواسیر۔ وغیرہ بے شمار بیماریاں اوس ویگ کے روکنے سے پیدا ہوتی ہیں ❊

(۴) پیشاب۔ اسکے روکنے سے بھی کئی بیماریاں حبس بول یعنی پیشاب کا بند ہو جانا جلن سے آنا۔ وغیرہ پیدا ہوتی ہیں۔ زیادہ ٹھنڈی اور ادرار کرنیوالی چیزوں سے یہ ویگ نامناسب طور پر پیدا ہوتا ہے ❊

(۵) اپان وائو یعنے گوز۔ اندازہ سے زیادہ غذا یا بادی چیزوں کے کہانے سے یہ ویگ بار بار پیدا ہوتا ہے۔ مناسب یہ ہے کہ تنہائی میں جاکر اس ویگ کو خارج کر دیا جائے

شرم وغیرہ کی وجہ سے اکثر بڑے بڑے عقلمند بھی اِس ویگ کو روک کر جسمانی صحت کو نقصان پہونچاتے ہیں *

(۶) قے - جب کوئی ایسی چیز جو انسان کی غذا نہیں ہے معدہ میں داخل ہوتی ہے تو معدہ اوسکو قبول نہیں کرتا اور بذریعہ قے کے باہر نکالنا چاہتا ہے نفرت آمیز چیز دیکھنے اور بدبو کے سونگھنے سے بھی جی مچلاکر قے آتی معلوم ہوتی ہے ایسی حالت میں نمکدار گرم پانی سے یا حلق میں اونگلی یا مور وغیرہ جانور کا پر ڈالکر اچھی طرح صفائی کر لینی چاہئے اِس ویگ کے روکنے سے شیت پت یعنے جسم پر دھپڑ پڑنے اور کُشٹ وغیرہ بیماریاں پیدا ہونے کا اندیشہ ہے *

(۷) چھینک - جب زیادہ سردی یا دفعتاً سردی اور گرمی کے تبادلہ کا اثر پڑتا ہے یا تیز چیزوں مرچ - تماکو - وغیرہ کی دھانس ہوا کے ساتھ ناک میں جاتی ہے تب فوراً چھینک آتی ہے اِسکے روکنے سے سر درد - سر کا بھاری ہونا - کپٹی اور بھؤوں کا درد وغیرہ کئی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں - بلا ضرورت بار بار بذریعہ بتی یا نُلاس وغیرہ کے چھینکیں لینا اِس ویگ کا نامناسب اِستعمال ہے *

(۸) ڈکار - عموماً جب معدہ کھانے سے پُر ہو جاتا ہے تب کبھی کبھی ڈکار آتی ہے اوسکو آہستگی سے نکال دینا چاہئے - اِسکے روکنے سے ہاضمہ میں بگاڑ اور پیٹ میں اپھارا پیدا ہو جاتا ہے - کھانے کے وقت یا کھانے کے بعد مُنھ کو کھولکر زور کیساتھ آواز نکال کر ڈکار لینا نہایت نامناسب ہے *

(۹) جمائی - نیند کی خماری یا تکان اور سُستی وغیرہ کی وجہ سے جمائی آتی ہے بلا آواز نکالنے کے اور اگر بہُت سے آدمیوں میں ہو تو مُنھ پھیر کر اور ہاتھ یا رومال وغیرہ کوئی کپڑا مُنھ پر رکھکر اِس ویگ کو نکالنا چاہئے - اِس ویگ کے روکنے سے تمام جسم اور خصوصاً آنکھوں میں درد ہونے کا اندیشہ ہے *

(۱۰) کھانسی - جب پھیپڑہ وغیرہ پر کوئی تکلیف پہونچتی ہے - مثلاً بلغم کا پھیپڑہ میں زیادہ پیدا ہونا - تو بذریعہ غیر طبعی حرکت کے جسکو اصطلاح میں کھانسی کہتے ہیں وہ اوس ایذا کو دفع کرنا چاہتا ہے - تماکو و چرس کے زیادہ پینے سے یا ترشی کا بکثرت استعمال کرنے سے یا چکنائی پر پانی پینے سے یا بدہضمی وغیرہ سے یہ ویگ پیدا ہوتا ہے اور اسکی زیادتی

سے ریل وغیرہ کئی مہلک بیماریاں پیدا ہونے کا اندیشہ ہے ÷

(۱۱) نیند۔ یعنے خواب۔ جسم جب تھک جاتا ہے تو آرام کرنا چاہتا ہے عموماً لڑکپن میں آٹھ سے ۱۰ گھنٹہ تک۔ جوانی میں چھ سے بارہ گھنٹہ تک اور بڑھاپے میں جسقدر نیند آوے اوسکو حاصل کرنا چاہئیے اور رہن گت کے حساب سے کمی یا بیشی بھی مناسب ہے مثلاً جو زیادہ محنت کریں وہ قدرے زیادہ سوویں۔ جہانتک برداشت ہو سکے سوتے وقت مونھ کو کپڑا سے نہ ڈھکنا چاہئیے تاکہ صاف ہوا تنفس ہو سکے۔ جب پیشاب یا پاخانہ کی حاجت ہو یا بھوک پیاس لگ رہی ہو یا کھانا ہضم نہوا ہو اوس وقت سونا مضر صحت ہے سونے کے بعد مُنھ کے لعاب کو پانی سے اچھی طرح غرارہ کرکے صاف کرنا مناسب ہے ÷

کہیں تماشہ امتحان کی طیاری۔ سفر اور بیمارداری وغیرہ کے موقعہ پر اس ویگ کے روکنے سے سردرد۔ بدن کا بھاری ہونا۔ طبیعت کا سُست ہونا وغیرہ بے شمار عارضے لاحق ہو جاتے ہیں ÷

(۱۲) رونا یا آنسو کا نکلنا۔ جب انسان کے من پر دفعتاً کسی رنج یا خوشی کا اثر ہوتا ہے۔ تو بیساختہ رونا یا آنسو نکلنے شروع ہوتے ہیں۔ نیز کبھی کبھی جب کو مل ہردے کا آدمی اپنی گذشتہ بداعمالیوں کو یاد کرکے گھبراتا ہے اور آیندہ کو اُن بداعمالیوں سے پرہیز کرنیکا سچے دل سے ارادہ کرتا ہے اوس وقت آنکھوں سے آنسو نکلنے لگتے ہیں جنکے ذریعہ دھارمک پرشوں کے خیال کے بموجب اوسکے گذشتہ پاپوں کا زور کم ہو جاتا ہے۔ جب کسی سبب سے سچا رونا آوے تو اوسکے ویگ کو ہرگز نہ روکنا چاہئیے ÷

ذرا ذرا سی بات پر رونے کی عادت ڈالنی یا سیاپے کے موقعہ پر یعنے ماتم پرسی کے وقت بعضوں کا دنیا سازی کے طور پر رونا اوس ویگ کا نامناسب استعمال ہے۔ اس ویگ کے روکنے سے سر درد کپٹیوں کا درد۔ آنکھوں کا درد۔ اور کبھی کبھی آنتوں کی بیماری پیدا ہو جاتی ہے جسکی وجہ یہ ہے کہ غم کے صدمہ کا اثر جو آنکھوں پر ہونا تھا وہ آنتوں پر ہوتا ہے ÷

(۱۳) کام یعنے ویریہ کا ویگ۔ اس ویگ کا من سے زیادہ سمبندھ ہے اور اس ویگ کو کیول شاریرک ویگ نہیں سمجھنا چاہئیے۔ حتی المقدور خیالات کو روکنا چاہئیے اسکا مفصل ذکر مانسک دھرم کے حصہ برہمچریہ اور گرہست دھرم کے حصہ سنتان اُتپتی میں کیا جاویگا ویریہ جسم کا سب سے اعلیٰ جوہر ہے اور سارے جسم میں اسطرح موجود ہے جیسے دودھ میں مکھن یا پھولوں میں مٹھاس تلوں میں تیل وماغی قوت۔ جسمانی طاقت۔ تیزی بصارت اور چہرہ کی رونق کا

حصہ ویرج پر ہی ہے اسی کے ذریعہ زیادہ سوچنے کی لیاقت اور محنت کرنے کی طاقت پیدا ہوتی ہے چونکہ ایسی عمدہ اور مفید چیز کو خرچ کرنا کوئی شخص نہ چاہتا اور پیدائش اسکے خرچ کرنے پر ہی منحصر ہے۔ اِس لئے قدرت نے اسکے خارج ہونے میں ایک خاص لذت رکھدی ہے دہرم پر چلنے والوں کو سنتان اوتپتی کیواسطے ضرورت کا درجہ دینا چاہئے مگر لذت کا درجہ دینے سے ہمیشہ پرہیز کرنا چاہئے۔ لذت کا درجہ دینا اس ویگ کا نامناسب استعمال ہے +

جس وقت کام کے ویگ سے جسم میں ویرج کا جوش پیدا ہوتا ہے تو وہ تمام بدن کے اعضاء سے خارج ہونا شروع ہوتا ہے اور اوس وقت طبعیت کو ایک خاص حظ حاصل ہوتا ہے +

دماغ کے پچھلے حصہ میں ایک خاص مقام ہے جہاں سے کام کا ویگ پیدا ہوتا ہے۔ جب اوس خاص مقام دماغ پر حرکت پہنچتی ہے تو اوسی وقت خون وغیرہ سب چیزوں میں جوش اور حرکت شروع ہو جاتی ہے اور ویرج کا اثر پہلے اوسی مقام دماغ سے جبکہ بیٹھ کے ویرج باہنی ناڑی یوں میں گذرتا ہوا اور اونکے رسوں یعنے رطوبتوں کو ساتھ لیتا ہوا انڈکوش یعنے فوطوں میں آتا ہے اور وہاں سفید رنگ کا ایک مادہ بنکر جو بہادان کی شکتی اوپتن کرنیوالا یعنے قابل تولید ہوجاتا ہے گویا ویرج کے اشتعال اور اخراج کیواسطے تین دروازے ہیں جنمیں پہلا دماغ کا پچھلا حصہ ہے پہلے دروازے کو خیالات سے مقفل کرنا نہایت ضروری ہے۔

فحش باتوں یا قصہ کہانی کے پڑہنے سُننے سے۔ یا استری کو پُرش اور پرش کو استری کے اویوون یعنے خاص خاص حصہ جسم کے دیکھنے سے کام کا ویگ نامناسب طور پر پیدا ہوتا ہے ایسے نامناسب ذریعوں سے خصوصاً لڑکپن کی عمر میں اس ویگ کو ہرگز پیدا نہ کرنا چاہئے جسکا عملی طریقہ صرف یہی ہے کہ ہر وقت ست سنگ یعنے نیک صحبت میں رہنا چاہئے ساری دنیا کے دہارمک پُرشوں نے ست سنگ کی بہت ہی مہما برنن کی ہے اور دہرم سیندہی سادہو نمیں اسکو بہت بڑا سادہن مانا ہے جسکا مفصل ذکر حصۂ دوم دہارمک دہرم کے موقعہ پر ہوگا +

اگر لڑکپن میں بچوں کی پوری حفاظت شروع سے رکہی جاوے تو جب تک حفاظت رہیگی کام کا ویگ ظاہر نہیں ہوگا۔ کم از کم لڑکوں کی بیس برس کی عمر تک اور لڑکیوں کی پندرہ برس کی عمر تک ضرور حفاظت کرنی لازم ہے۔ اس حفاظت سے اونکا ویرج عمدہ طرح پُشٹ یعنے مضبوط ہو کر شریر کی ارو گتا آدی سکھ دینیکا کارن ہوگا اور اون کی

اولاد صحت مند اور طاقت ور پیدا ہوگی۔ اگر کسی طرح سے ایسا ہونا ممکن نہ ہو تو لڑکوں کی ۱۶ سولہ برس اور لڑکیوں کی ۱۳ برس کی عمر تک تو ضرور بالضرور حفاظت ہونی چاہئیے اس مضمون کا مفصل ذکر مانسک دہرم کے حصہ پنجم اور گرہست دہرم میں کیا جاویگا

**صحت قایم رکہنے کا عمدہ طریقہ یعنے ویایام یا جسمانی ورزش**

اگرچہ انسان کے جسم میں بے شمار بیماریاں ہیں جنکو جاننا بہت مشکل ہے تاہم صحت کے قوانین پر چلنے سے بہت سی بیماریوں سے بچاؤ ہو جاتا ہے چنانچہ ایک نہایت عمدہ طریقہ صحت قائم رکہنے کا ویایام یعنے جسمانی ورزش ہے۔

ویایام وہ متبرک سادہن ہے جسکے روزمرہ کرنے سے انسان بہت چست و چالاک صحت مند و بشاش رہتا ہے۔ اور عمر طبعی حاصل کرتا ہے۔ اگر کوئی بیماری جسم میں موجود ہو تو بشرطیکہ بہت کہنہ اور لاعلاج نہ ہوگئی ہو اس عمل کے باقاعدہ اور معتدل استعمال سے اسکے زور کا کم ہونا اور رفتہ رفتہ صحت کا نمودار ہونا شروع ہو جاتا ہے اور جب یہ سادہن شروع کر دیا جاتا ہے تو عموماً کوئی جدید بیماری بشرطیکہ کوئی خاص بے اعتدالی نہ ہو پیدا نہیں ہوتی ہے ؛

ویایام ایک قدرتی سادہن ہے چنانچہ جب بچہ بہت ہی چہوٹے ہوتے ہیں تو اپنے ہاتھ اور پانوں وغیرہ اعضاء جسمانی کو ہمیشہ ہلاتے رہتے ہیں اور جب ذرا بڑے ہوتے ہیں تو ہمیشہ دوڑنے بہاگنے اور اچہلنے کودنے کے کہیلوں کی کوشش کرتے رہتے ہیں۔ اور ان کہیلوں میں خوش ہوتے ہیں اور اس وجہ سے انکا سارا جسم عمدہ طرح پرورش پاتا رہتا ہے اور وہ ہمیشہ چست و چالاک و بشاش رہتے ہیں اور جو بچہ کسی وجہ سے مذکورہ بالا کہیلوں سے محروم رہتے ہیں وہ ہمیشہ کمزور۔ بیمار اور غمگین دکہلائی دیتے ہیں انسان پر ہی کیا منحصر ہے۔ ہر ایک جیو کو قدرت نے ویایام کرنا سکہلایا ہے اور وہ کرتے رہتے ہیں یہاں تک کہ جو پکشی اور پشو وغیرہ انسان کی قید میں پہنس جاتے ہیں وہ بھی باوجود قید میں ہونیکے اپنے وقت کا بہت سا حصہ ویایام میں خرچ کرتے ہیں چنانچہ چڑیا گھر اور عجائب گھر میں روزمرہ یہ نظارہ دکہائی دیتا ہے۔ کہ شیر اور ریچھ مینا اور طوطے وغیرہ پشو اور پکشی اپنے اپنے پنجروں میں بہت سا حصہ وقت کا جسمانی حرکت چلنے پھرنے اور پہدکنے اور پھڑپھڑانے میں خرچ کرتے رہتے ہیں۔ پس انسان کو

بھی ہر حالت میں ورزش کرنا نہایت ضروری سمجھنا چاہئیے۔

ورزش کا اصول یہہ ہے کہ جسم کو اچھی طرح حرکت ہو کر قدرے پسینا آجاوے چنانچہ چلنا۔ دوڑنا۔ چھلانگ مارنا۔ کشتی لڑنا۔ درخت پر چڑہنا۔ پانی میں تیرنا۔ ڈنڈ پیلنا مگدر ہلانا۔ وزن کو اُٹھانا۔ فاصلہ پر پھینکنا۔ فری گدکا۔ بنیٹی وغیرہ لکڑی کا کھیلنا۔ نشانہ بازی تیراندازی۔ گھوڑے وغیرہ جانوروں کی سواری۔ کرکیٹ۔ فٹ بال۔ لان ٹینس وغیرہ وغیرہ مختلف کھیل اور کرتب ورزش یعنے جسمانی ورزش میں داخل ہیں۔ ان میں سے جن ورزشوں کیطرف طبیعت کا میلان ہو اور جنکی رہن گت یعنے پیشہ کے لحاظ سے خاص ضرورت ہو اونہیں کو کرنا چاہئیے ورزش کو بطور تفریح کے نہیں کرنا چاہئیے بلکہ اسکو اپنا کرتویہ سمجھکر روزمرہ کرنا چاہئیے۔ البتہ یہہ خیال رہے کہ جسقدر مختلف قسم کی اور جسم کو کم تھکانے والی ورزش ہونگی اسیقدر زیادہ فائدہ ہوگا۔

مستورات کو بہ نسبت مردوں کے ہلکی ورزش کرنی مناسب ہے اور رجسلا دہرم وگربھ کے سمے یعنے ایام حیض وحمل میں اون ہلکی کثرتوں میں سے بھی صرف منتخب کثرتیں بہت احتیاط اور اعتدال سے کرنی چاہئیں۔ ایسی حالتوں میں ورزش نکرنے سے اسقدر نقصان نہیں معلوم ہوتا جسقدر کہ بے اعتدالی یا لاپرواہی سے ورزش کرنے میں اندیشہ ہے اور خوفناک نتائج کا ڈر ہے۔

عمدہ وقت ورزش کے واسطے اسنان کرنے کے بعد اور کھانا کھانے سے پہلے کا ہے اگر کوئی دوسرا وقت مقرر کیا جائے تو حاجات ضروری سے فارغ ہوکر اور جب کھانا اچھی طرح تحلیل ہوگیا ہو ورزش کرنی مناسب ہے۔ ورزش کے وقت لنگوٹ ضرور کسنا چاہئیے اور زیادہ اچھا تو یہہ ہے کہ سارا جسم برہنہ رہے ورنہ مناسب کپڑے استعمال کئے جاویں۔

کھلے میدان میں جہاں تازی اور صاف ہوا آتی جاتی ہو ورزش کرنا زیادہ فائدہ مند ہے لیکن بہت تند و تیز و سرد ہوا سے بچنا مناسب ہے۔

جیسے جیسے عمر ڈھلتی جائے ویسے ویسے ورزش کے سادھن ہلکی اور کمی کیساتھ ہونے چاہئیں۔

ہنوآدی رشیوں کا بچن ہے کہ ہر ایک منش کو استری ہو یا پرش۔ راجا ہو یا رنک

ویایام نت پرتی دن اوس کرنا چاہئیے۔ جو کوئی اوس روگ ناشک سادہن کو ہمیشہ کرتے ہیں ان کو بھوجن وکھ کے سمان یعنے زہر کیطرح اثر کرتا ہے۔ شروع میں بہت تھوڑا ویایام کرنا چاہئیے اور رفتہ رفتہ اپنی طاقت کیمطابق بڑہانا چاہئیے اس طریقہ سے چستی و چالاکی بتدریج آتی جاتی ہے۔

اگرچہ ویایام کے سادہنوں کو خود کر کے دکھلانے اور واضح طور پر زبانی بیان کرنے سے ٹھیک ٹھیک اور آسانی سے سمجھنا ممکن ہے۔ تاہم زیادہ سمجھدار شوقین آدمیوں کے واسطے چند ضروری سادہن لکھنے مناسب معلوم ہوتے ہیں۔

ان سادہنوں کو ہر ایک شخص اپنی طاقت کے موافق کرے۔ عام اندازہ یہہ ہے کہ جسم پر قدرے پسینا آجاوے۔ مگر بہت زیادہ تکان ہرگز نہ ہونی چاہئیے ورنہ بجائے فائدہ کے نقصان کا احتمال ہے ✤

اگر ہارنا سپرشوں خصوصاً سادہو دن کو کام کے ویگ کے السداد کیضرورت ہو تو ان کو چہاتی اور باہوں کے سادہنوں کے ذریعہ جسم کو اچہی طرح تھکانا چاہئیے۔

ان سادہنوں میں ایک یہہ بھی خوبی ہے کہ بغیر کسی سہارے یعنے اپریٹس وغیرہ کے ہر ایک شخص ہر ایک جگہ آسانی سے کر سکتا ہے۔

اگر ضعیف العمر آدمی بھی اپنی طاقت کے موافق احتیاط اور اعتدال کے ساتھ ویایام کے سادہن شروع کریگا تو کچھ عرصہ میں اکثر حالتوں میں اوس کا بدن جوانوں کیطرح چست و چالاک ہو جانا ممکن ہے۔

اگرچہ ہر ایک سادہن کی تعداد عموماً سات رکھی ہے۔ تاہم ویایام کرنے والے اپنی طاقت فرصت اور رہن گت کے موافق تعداد مقرر کر سکتے ہیں۔

جنکو بیٹھنے کا یا دماغی کام کرنیکا زیادہ شغل ہو وہ یہہ لحاظ ضرور رکہیں کہ چہاتی اور باہوں کی مشق کو اپنے کام کے بیچ میں تھوڑے تھوڑے وقفہ یعنے ہر دو دو یا تین تین گھنٹہ کے بعد ایک دو منٹ کیواسطے کر لیا کریں اور ہر سادہن کے بیچ میں چند قدم ٹہل لیا کریں ✤

سادہنوں کیوقت جہاں تک ممکن ہو دم روکنے کی کوشش لازم ہے۔ ورنہ سانس موںھ بند کر کے ناک کے راستہ ہی نکالنا چاہئیے ✤

اگر کافی وقت تک یہ ساوہن باقاعدہ ہوتے رہیں تو سارے جسم کی بناوٹ نہایت سڈول ہو جانی ممکن ہے۔

ساوہن مذکورحسب ذیل ہیں:۔

## (۱) پانوں اور ٹانگوں کے ساوہن

(الف) پانوں کی اونگلیوں کے سہارے کہڑے ہو کر اور بدن کو تنا ہوا رکھکر اور باہوں کو اونچا کر کے ایک جگہ کہڑے ہوئے کم از کم سات مرتبہ اوچھلنا۔

(ب) مذکورہ بالا طریقہ سے بجائے ایک جگہ کہڑے رہنے کے سات قدم تک اوچھلتے ہوئے چلکر اوسی طرح واپس آنا۔

(ج) پانوں کی اونگلیوں کے بل کھڑے ہو کر اکڑتے ہوئے سات قدم چلنا اور واپس آنا۔

(د) سارے بدن کو تنا ہوا رکھکر اور ٹانگوں کو قدرے جھکا کر پہلے داہنی ٹانگ کو ایک قدم کے فاصلہ پر رکھنا اور پھر بائیں ٹانگ کو اوسی جگہ لیجانا اور داہنی ٹانگ کو اپنی پہلی جگہ پر لے آنا۔ اس طرح اوچھل اوچھل کر سات مرتبہ کرنا۔ روایت ہے کہ مہاراجہ رامچندر جی کے ایلچی انگد نے لنکا پتی راون کے دربار میں اپنی ٹانگ زمین پر ٹیک کر کہا تھا کہ کوئی درباری جودہا اوسکی ٹانگ کو اوٹھاوے۔ اکثر اومیدوار نے طبع آزمائی کی مگر ٹانگ کو جنبش بھی نہ دیسکے انگد مذکورہ بالا ساوہن ہر روز ایکسو مرتبہ کیا کرتا تھا۔

(ہ) دونوں ٹانگوں کو چوڑا کر کے اور ہاتھوں کو اونچا کر کے اور آپس میں ملا کر اوچھلنا پھر ٹانگوں کو ملا کر اور ہاتھوں کو چوڑا کر کے اوچھلنا۔ تاکہ جب ٹانگیں چوڑی ہوں تو ہاتھ ملجاویں اور جب ہاتھ پہلیں تو ٹانگیں ملجاویں۔ سات مرتبہ۔

(و) ایک ٹانگ سے پندرہ قدم تک چلنا اور دوسری ٹانگ سے اوسی قدر فاصلہ اولٹے واپس ہو کر طے کرنا۔

(ز) بدن کو تنا ہوا رکھکر اور گھٹنوں پر ہاتھ رکھکر سات مرتبہ اوٹھک بیٹھک کرنا یہ ساوہن خاصکر بچوں کو مفید ہے۔

(ح) تنے ہوئے کہڑے ہو کر پہلے ایک ٹانگ کو پھر دوسری ٹانگ کو جھکا دینا سات مرتبہ

## (۲) ناہی یعنی ناف اور کمر کے سادہن

(الف) دونوں ہاتھوں کو کمر کے داہیں بائیں رکھکر اور سارے بدن کو تنا ہوا رکھکر کمر سے اوپر کے حصۂ جسم کو ایک طرف کمر تک جھکانا اور پھر اوسیطرح دوسری طرف سات مرتبہ

(ب) مذکورہ بالا طریقہ سے کھڑے ہوکر کمر سے اوپر کے سارے جسم کو مثل نصف دائرہ کے جلدی جلدی سات مرتبہ گھمانا۔

(ج) جسم کو تنا ہوا رکھکر اور دونوں باہوں کو اونچا کرکے اور ہاتھوں کو ملاکر کھڑا ہونا اور پھر آگے کو جھک کر اپنے پاؤں کے انگوٹھوں کو چھونا۔ مگر گھٹنے نہ موڑنے چاہئیں سات مرتبہ۔

(د) ایڑیوں کو اونچا رکھکر اور کڑو بیٹھ کر اور چلتے ہوئے سات قدم سامنے کیطرف چلکر اوسی طرح اولٹے واپس آنا۔

## (۳) شکم اور چھاتی کے سادہن

(الف) کھڑے ہوکر اور جسم کو تنا ہوا رکھکر دونوں ہاتھوں کو اونچا کرنا اور چھاتی سے اوپر کے جسم کو پہلے داہنی طرف پھر بائیں طرف سات مرتبہ جھکانا۔

(ب) مذکورہ بالا طریقہ سے سات مرتبہ پیچھے کیطرف جھکنا۔ اس سادہن سے شکم کا بڑھنا اور تلی کی بیماری نہیں ہوتی۔

(ج) سات مرتبہ ڈنڈ پیلنا۔ یعنے دونوں ہاتھوں کو زمین پر رکھکر اور پاؤں کو پھیلاکر اور چوپگا ہوکر ایک مرتبہ داہنے بازو کیطرف اور دوسری مرتبہ بائیں بازو کی طرف زور دیکر ڈنڈ نکالنا۔

(د) دیوار سے قریب دو قدم فاصلہ پر کھڑے ہوکر اپنے داہنے اور بائیں ہاتھ کو باری باری دیوار پر رکھکر سارے بدن کو زور کے ساتھ جھکانا سات مرتبہ۔

(ہ) اکڑے ہوئے کھڑے ہوکر دونو باہوں کو کسیقدر پھیلائے ہوئے رکھنا او مٹھیاں بند کرکے اور کوہنی موڑ کر دونوں ہاتھوں کو چھاتی کے پاس لانا اور جھٹکے کے ساتھ دونوں بازوؤں کو پھیلانا۔ مگر کوہنی مڑی ہوئی رہیں سات مرتبہ۔ یہ سادہن سل وغیرہ بیماریوں کو روکنے والا ہے۔

(و) بدن کو تنا ہوا رکھکر اور باہوں کو لمبا کرکے دونوں ہتیلیوں کو ملانا اور پھر

جہاں تک ممکن ہو دونوں باہوں کو پھیلانا۔ ساٹ مرتبہ۔

## (۴) باہوں کے سادہن

(الف) سارے بدن کو سیدہا رکھکر کھڑے ہونا اور باہوں کو تنا ہوا رکھکر کوہنی کے پاس سے نیچے کیطرف جُھکا دینا۔ ساٹ مرتبہ۔

(ب) سیدہے کھڑے ہوکر اور دونوں کوہنیوں کو ایک ساتھ موڑکر ہاتھوں کو کندہے کے نزدیک لانا اور پھر جھٹکا دیکر دونوں ہاتھوں کو ایک ساتھ پھیلانا اور پھر فوراً واپس لیجانا۔ ساٹ مرتبہ۔

(ج) مذکورہ بالا طریقہ سے ہاتھوں کو جھٹکا دیکر اوپر کیطرف ایک ساتھ پھیلاکر پھر فوراً کندھوں کے پاس واپس لیجانا۔ ساٹ مرتبہ۔

(د) پہلے ایک بازو کو زور سے پندرہ مرتبہ گہمانا اور پھر دوسرے بازو کو۔

(ہ) ہر دو بازوؤں کو ساتھ ہی ساتھ چکر کیطرح نہایت زور سے مگر احتیاط کیساتھ تیس ۳۰ مرتبہ گہمانا۔

## (۵) گردن اور کنٹھ کے سادہن

(الف) کھڑے ہوئے اور تمام بدن کو تنا ہوا رکھکر پہلے دائنے کندہے کیطرف پھر بائیں کندہے کیطرف ساٹ مرتبہ گردن کو جھکانا۔

(ب) کھڑے ہوئے تمام بدن کو تنا ہوا رکھکر اور سر کو قدرے نیچا کرکے گردن کو پہلے داہنی طرف پھر بائیں طرف جھکاکر اور پھر سر کو اونچا کرکے گردن تک پیچھے کو جھکانا۔ ساٹ مرتبہ۔

## (۶) سر کے سادہن

(الف) کسی دیوار کیطرف پُشت کرکے دیوار سے دو قدم فاصلہ پر کھڑا ہونا اور دونوں ہاتھوں کو کمر پر رکھکر جسقدر ہوسکے سر کو نیچے یعنے دیوار کیطرف جُھکانا۔ اور پھر ہاتھوں کو کمر سے اوٹھاکر پیچھے کیطرف دیوار سے لگاکر۔ سر کو پیچھے لٹکانا۔ اور سارے بدن کو سادہ کر ہاتھوں کو دیوار سے علیحدہ کرکے سر کو چند لمحہ لٹکاتے ہوئے رکھنا۔ دو مرتبہ۔

(ب) ہاتھوں کو زمین کا سہارا۔ اور پاؤں کو دیوار کا سہارا دیکر ایک منٹ تک اولٹے

لیٹے رہنا۔

## (۷) ساری جسم کے سادہن

(الف) کسی اونچی چیز کہونٹی یا درخت کی شاخ وغیرہ کو پکڑ کر آدہے منٹ تک چار مرتبہ لٹکنا۔

(ب) زمین پر لیٹ کر۔ بدن کو تنا ہوا رکہکر اور دونوں ٹانگوں اور باہوں کو جہانتک ممکن ہو چوڑا پھیلا کر ایک منٹ تک لیٹے رہنا۔

(ج) مذکورہ بالا طریقہ سے دونوں ٹانگوں کو ملا کر پانوں کیطرف اور دونوں باہوں کو ملا کر سر کیطرف جسقدر دراز کیا جا سکے سارے جسم کو دراز کرنا ایک منٹ تک۔

(د) پٹ لیٹ کر۔ اور دونوں ہاتہوں کو پشت کیطرف کمر کے پاس لیجا کر ملانا اور پھر سینہ کے بل پہلے داہنی طرف پھر بائیں طرف۔ سات مرتبہ کروٹ لینا۔

(ہ) جسم کو معمولی حالت میں رکہکر دو منٹ تک سیدہے لیٹے رہنا۔

یہ تمام سادہن قریب آدہے گہنٹہ میں اور عادت پڑ جانے پر اوس سے بھی کم وقت میں ہو سکتے ہیں۔ اگر اس قلیل وقت کو ایسی ضروری اور مفید کام کیواسطے نہیں خرچ کیا جاویگا تو بیماری کے واسطہ علاوہ تکلیف اوٹھانے اور روپیہ کے نقصان کے اس سے بدرجہا زیادہ وقت دینا پڑیگا۔

**شدہ ہوا و شدہ جل اور شدہ ان تندونشر کا استعمال**

دہارمک پرشوں اور دہرم کے متلاشیوں کو جسمانی دیگوں کا بنا استعمال اور جسمانی ورزش کا دوامی درد رکہتے ہوئے مفصلہ ذیل باتوں پر بھی پورا دہیان دینا چاہیئے۔

**ہوا کا مناسب استعمال**

انسان کیواسطے سب سے زیادہ ضروری چیز ہوا ہے۔ وہ ہر وقت بے شمار مقدار میں تنفس کیجاتی ہے اور اسواسطے ہوا نہایت افراط کے ساتھ ہر جگہ موجود ہے۔ اگر تھوڑی دیر ہوا نہ ملے یا زہریلی ہو تنفس میں آوے تو زندگی ختم ہو جاتی ہے۔ جسقدر صاف اور تازہ ہوا۔ کہلے میدان۔ باغ۔ سمندر۔ اور ندیکے کنارہ کی ہوا میسر ہو سکے اوسیقدر زیادہ فائدہ سمجہنا چاہیئے۔

سوانس کے ذریعہ جو ہوا اندر جا کر پھر باہر نکلتی ہے وہ گندی ہو جاتی ہے۔ تنگ و تاریک مکانوں میں زیادہ آدمیوں کے رہنے سے اونکے سوانس سے نکلی ہوئی ہوا مثر

صحت ہو جاتی ہے۔ پس حتی المقدور فراخ اور ہوادار مکان ہونے چاہئیں۔ اور نیز
خصوصاً خوابگاہ یعنی سونے کے کمرے میں زیادہ آدمی اسباب وغیرہ بھی بکثرت نہ چاہئیں۔
اگر کسی خاص موقع پر کسی جگہ اندازہ سے زیادہ آدمیوں کا مجمع ہو تو وہاں خوشبودار
پھول ولوبان وغیرہ کا استعمال مناسب ہے۔
درختوں سے رات کے وقت گندی ہوا نکلتی ہے اور نیز صاف پس رات کو
درختوں کے نیچے زیادہ دیر تک بیٹھنا یا سونا نہ چاہیئے۔
ہوا کو جسم میں لیجانے اور باہر نکالنے کیواسطے گہران اندری یعنی ناک کے نتھنوں کے
سوراخ ہیں جن میں یہ طاقت بھی موجود ہے کہ وہ اچھی اور بُری ہوا کی تمیز کر سکیں پس
جس جگہ بُری ہوا معلوم ہو اگر وہاں رہ اروی میں گذرنا ہو تو سوانس کو روک لینا مناسب
ہے اگر زیادہ دیر تک رہنا ہو تو جہانتک ہو سکے آہستہ آہستہ سوانس لینا مناسب ہے
ایسے موقع پر ناک کو بند کر کے منھ سے سوانس لینا نہایت نامناسب اور مضر صحت ہے
جہاں بدبو آتی ہو وہاں ہمیشہ کے لئے یا عرصہ دراز کیلئے ہرگز نہ رہنا چاہیے اگر
بدرجہ لاچاری رہنا پڑے تو اوس بدبو کو دور کرنے کے وسایل عمل میں لانے چاہئیں اگر
دور نہ ہو سکے تو خوشبودار اور قاطع بدبو چیزوں کے ذریعہ ہوا کو صاف کرنا لازم ہے۔
اگر ہر روز کسی رمنک استھان میں کم از کم پانچ مرتبہ اور زیادہ اپنی طاقت فرصت
اور شوق کے موافق آہستہ آہستہ سوانس یعنی دم کو اوپر کھینچا جاوے اور تھوڑی دیر
وہاں روک کر پھر اوسیطرح آہستگی سے نکالا جاوے اور تھوڑی دیر باہر روک کر پھر
اوپر کو کھینچا جاوے تو اسطرح عمل کرنے سے جسم بہت سے اندرونی پردوں پھیپھڑوں
وغیرہ میں ہوا کا گذر ہو کر جسم کی غلاظت کے اخراج میں مدد ملتی ہے اور سارا جسم
صاف اور پھول کیطرح شگفتہ ہو جاتا ہے۔ محنت کا کام زیادہ کیا جا سکتا ہے اور تکان
کم معلوم ہوتی ہے اس عمل کے باقاعدہ استعمال سے تھوڑے عرصہ میں پران استھیر
ہونے لگتے ہیں اور من بھی یکسو ہو کر کشف اور روشن ضمیری حاصل ہونی شروع ہوتی ہے

**پانی کا مناسب استعمال۔**

ہوا سے دوسرے درجہ پر زیادہ ضروری اور استعمال میں آنے والی
چیز پانی ہے اور اسیوجہ سے قدرت نے قریب تین چوتھائی پانی رکھا
ہے اور نباتاتی اور حیوانی اجزا میں بھی بہت کچھ پانی موجود ہے انسان کا جسم قریب تین

فیصدی پانی سے بھرا ہوا ہے۔ جسم کے سخت سے سخت حصوں دانت بال اور ناخن وغیرہ میں بھی پانی موجود ہے۔ رگ و ریشہ کی ملائمت۔ خون کی تیزی و دیگر لعابوں کو پانی ہی سہارا دیتا ہے۔ پٹھوں کی لچک و موڑ وغیرہ میں مدد دیتا ہے۔ ہڈیوں میں حرکت ہوتے وقت رگڑ نہ لگنے کا سبب بھی پانی ہے۔

پانی کو ہم غذا اور ہم دوا کہتے ہیں وجہ یہ ہے کہ کوئی غذا بغیر پانی کے نہ ہضم ہو سکتی ہے اور نہ جذب ہو سکتی ہے خود پانی میں ہاضمہ وغیرہ کی خاص طاقت موجود ہے۔

خوراک بغیر عرصہ تک زندہ رہنا ممکن ہے۔ مگر بغیر پانی کے زندہ نہیں رہا جا سکتا۔ تندرست آدمی کو قریب ۳ سیر پانی کی روزمرہ ضرورت سمجھنی چاہئے البتہ موسم گرما میں اس سے کچھ زیادہ اور موسم سرما میں اس سے کچھ کم اور اسیقدر مقدار پانی کی۔ پسینے۔ تھوک۔ اور پیشاب کے ذریعہ نکلتی رہتی ہے۔

مفصلہ ذیل موقعوں پر پانی نہ پینا چاہئے (۱) ورزش کے بعد (۲) خالی معدہ (۳) تر میوہ کے بعد۔ (۴) ترش اور چکنی چیزوں کے بعد (۵) غنودگی میں (۶) بغیر پیاس کے۔

موسم گرما میں ٹھنڈے پانی۔ برف کے پانی۔ یا شربت وغیرہ کو بغیر پیاس یا پیاس سے زیادہ پینا نہایت نامناسب اور نقصان پہونچانیوالی حرکت سمجھنا چاہئے اسیطرح کھانے کے وقت ہر لقمہ کے بعد یا بار بار پانی پینا بہت زیادہ پانی پینا بھی مضر صحت ہے۔ زیادہ اچھا یہ ہے کہ کھانے سے ایک گھنٹہ بعد پانی پیا جاوے۔

موٹے آدمیوں کو خصوصاً کھانے کے ساتھ پانی نہ پینا چاہئے یا بہت کم پانی پینا چاہئے۔

جہانتک ممکن ہو صاف اور تازہ پانی پینا چاہئے مرگھٹ اور قبرستان کے پاس کے کنوؤں اور چشموں کا پانی۔ یا جس کنوے کا پانی مدت سے نہ نکالا ہو یا جس پانی کے رنگ۔ بو۔ اور ذائقہ میں فرق معلوم ہو ہرگز نہ استعمال کرنا چاہئے۔

جہاں ندی کا پانی استعمال کیا جاتا ہو وہاں آبادی سے اوپر کیطرف کا پانی زیادہ عمدہ ہوتا ہے کیونکہ اوس میں غلاظت وغیرہ کا ملاو ہونے کا احتمال نہیں ہو سکتا جہاں تالاب کا پانی پیا جاتا ہو وہاں اوس تالاب میں اگر نہانا اور کپڑے دہونا وغیرہ کام ہونے

چاہئیں یا ہر ایک ضرورت کیواسطے مناسب فاصلہ کے ساتھ علیحدہ علیحدہ گہاٹ ہوں جہاں چاہ یعنے کنوئے کا پانی پیا جاتا ہو وہاں نگہٹ یعنے کنوں کے کنارے زمین سے اسقدر اونچے اور پختہ بنے ہوئے ہونے چاہئیں۔ کہ کیچڑ کوڑے و برسات کے موسم میں غلیظ پانی وغیرہ اوس میں نہ جاسکیں اور اگر ایسے کنوئے چاروں طرف درختوں سے گھیرے ہوں تو اون کے اوپر سایہ ہونا چاہئے تاکہ درختوں کے پتوں وغیرہ کا کوڑا گرنے اور سڑنے نہ پاوے۔ نیز ایسے کنوں کا پانی اگر ہر موسم برسات کے بعد صاف کرادیا جاوے تو بہت فائدہ متصور ہے۔

پینے کے پانی کو مقطر کرنا زیادہ مفید ہے لیکن مقطر کرنے والے برتن صاف ہوتے رہنے چاہئیں ورنہ اون میں غلاظت اور چھوٹے چھوٹے پانی کے جانور پیدا ہونے کا اندیشہ ہے۔

پینے کے پانی کو آگنی میں جوش دینا یا گرم لوہے سے بجھالینا۔ پھٹکری سے صاف کرنا۔ کپڑے سے چھاننا زیادہ مفید ہے۔

خاص حالتوں میں گرم پانی پینا بھی مفید ہوتا ہے۔ گھونٹ گھونٹ کرکے پینے سے پیاس بجھتی ہے اور دوران خون تیز ہوتا ہے۔ معدہ میں خوراک کا رس عمدہ طرح جذب ہوتا ہے قوت ہاضمہ تیز ہوجاتی ہے اور بول و براز کو صاف کرکے عمدہ طرح باہر نکال دیتا ہے۔ بدہضمی میں کھانے سے پہلے قریب ایک چھٹانک گرم پانی پینا بہت فائدہ مند ہے۔ سردی ہوگئی ہو یا نیند نہ آتی ہو۔ یا بہت تھکاوٹ ہو تو بھی گرم پانی مفید ہے۔

لوہے کے برتن یا مٹی کے گھڑے میں پانی رکھنا زیادہ عمدہ ہے وہ برتن اور جگہہ جہاں وہ رکھے جاتے ہیں اسقدر صاف رہنے چاہئیں کہ وہاں کائی نہ جمنے پاوے اور ہمیشہ اون کو ڈھاک کر رکھنا چاہئے۔

**غذا کا مناسب استعمال۔** عمر۔ طبیعت۔ موسم۔ اور رہن گت یعنے پیشہ کا لحاظ کرکے وہ چیزیں جو زود ہضم ہوں۔ جو خوش ذائقہ ہوں اور جسم کو زیادہ پرورش کرنے والی ہوں استعمال کرنی چاہئیں۔

کچی۔ باسٹری ہوئی۔ جلی ہوئی۔ یا بدبودار چیز نہ کھانی چاہئے اور کھانے پینے کی چیزیں بہت گرم ہرگز نہ استعمال کرنی چاہئیں۔

دہاتو یعنے معدنی اشیاء میں نمک - نباتاتی اشیاء میں اناج - موسمی پہل و سبز ترکاریاں حیوانی اشیاء میں دودہ گہی اور مکہن ہر روز استعمال کرنا زیادہ مفید ہے - لیکن کسی چیز کو خواہ وہ کیسی ہی عمدہ ہو بغیر بہوک کے کہانا یا بہوک سے زیادہ کہانا ہر حالت میں نقصان پہونچاتا ہے -

ایک ہی غذا کا ہمیشہ عرصہ تک استعمال کرنا بھی مضر صحت ہے کیونکہ بدن کے پرورش کی ضروریات مختلف ہیں اور اون سب کا بہم پہونچانا ضروری ہے اسلئے رہن گت کے لحاظ سے مختلف غذاوں کا انتخاب کرنا اور اون کا موزوں مقدار میں استعمال کرنا لازم ہے - مثلاً دماغی محنت کیواسطے کند مول و میوہ جات سیب - انگور یا وام وغیرہ - جسمانی محنت کیواسطے روغن و نشاستہ آمیز اشیاء چاول - شکر وغیرہ ماس بڑہانے کیلئے گیہوں - جو - دال وغیرہ اور ہڈی بڑہانے اور مضبوط کرنے کے واسطے کہار و چونہ آمیز چیزیں دودہ گہی وغیرہ زیادہ مفید ہیں -

کہانے کے اوقات باقاعدہ مقرر کرنے چاہئیں عموماً ہر روز کم از کم دو مرتبہ اور زیادہ سے زیادہ چار مرتبہ مناسب وقفہ کے ساتھ غذا کہانی مناسب ہے -

کوئی چیز جو افراط سے بہم پہونچ گئی ہو اندازہ سے زیادہ ہرگز نہ کہانی چاہئیے - نیز اگر کوئی خراب چیز کسی طرح سے آگئی ہو تو بالکل نہ استعمال کرنی چاہئیے -

کہانے کے وقت طبیعت کو نہایت خوش رکہنا اور غذا کو منہ کے لعاب کیساتھ اچھی طرح تر اور باریک کرکے آہستہ آہستہ دانتوں سے چگلا کر یعنے پیسکر کہانا چاہئیے -

کہانے کے بعد تہوڑی دیر چہل قدمی کرنا - کچھ عرصہ تک داہنی کروٹ سے لیٹنا راگ وغیرہ کا سننا یا آہستہ آہستہ خود گانا یا کسی دلچسپ کتاب و اخبار کا پڑہنا مناسب ہے - اوس وقت نہایت محنت و فکر کا یا دوڑنے بہاگنے کا کام کرنا یا ایسی نشست سے بیٹہنا جس سے معدہ دبے یا فوراً سو جانا مضر صحت ہے -

**صفائی** جسطرح سے ہوا - پانی اور غذا جسم کی پرورش کیواسطے ضروری چیزیں ہیں اسیطرح سے صفائی کو بھی ایک لازمی امر اور دہرم کا ضروری جز سمجھنا چاہئیے -

صفائی کے ظاہری و باطنی بہید سے کئی اقسام ہیں جنمیں سے اسجگہ صرف شاریرک دہرم کے متعلق صفائی کا ذکر کیا جاتا ہے جو عموماً بذریعہ پانی - مٹی ہوا اور اگنی کے ہوتی ہے ؛؛

**جسم کی صفائی** جسم میں بے شمار سوراخ ہیں جنکو مسام یا رونگٹے کہتے ہیں اور اگرچہ تمام ہوا جو تنفس کیجاتی ہے اوسکا زیادہ حصّہ ناک کے ذریعہ جسم میں جاتا اور باہر نکلتا رہتا ہے اسیطرح پانی اور غذا بذریعہ موںنھہ کے جسم میں جاتے اور بطور فضلہ یعنے بول و براز باہر نکلتے رہتے ہیں تاہم بہت سا سو کھشم یعنے لطیف حصّہ ان ہر سہ اشیاء کا بذریعہ جلد سوراخہائے ہر وقت جسم میں جاتا اور باہر نکلتا رہتا ہے اسلیئے جملہ سوراخہائے کو منفصلہ ذیل طریقوں سے صاف و پاک رکھنے کی کوشش کرتے رہنا مناسب ہے

(۱) حاجات ضروری سے فارغ ہوکر مقامات شرمگاہ کو اچھی طرح صاف کرنا ناخن سے میل نکال کر انگلیوں اور ہاتھوں کو مٹی سے دہونا چاہئیے۔

(۲) دانت اور زبان کو بذریعہ دانت دہون (داتن) صاف کرنا چاہئیے۔ تازہ شاخ ببول دیکر یا نیم زیادہ مفید ہوتی ہے اگر داتن بہم نہ ہوسکے تو نمک اور سونٹھہ کا سفوف استعمال کرلینا مناسب ہے۔

(۳) ہر روز سارے جسم کو پانی سے صاف کرنا چاہئیے جسکو اصطلاح میں سنان یا غسل کہتے ہیں۔ نہانے کا پانی صاف ہونا ضروری ہے چلتے پانی میں جو قدرے اوپر سے گرتا ہو نہانا زیادہ مفید ہے۔ نہاتے وقت تمام جسم کو گیلے کپڑے سے آہستہ آہستہ ملکر صاف کرنا اور نہانیکے بعد خشک کپڑے سے پونچھنا مناسب ہے۔

پرشن نہانیکے واسطے کونسا وقت عمدہ ہے؟

اوتر۔ ہر ایک شخص اپنی فرصت۔ عمر۔ صحت۔ اور موسم کا لحاظ کرکے جو وقت موقع ہو نہالے عموماً سونیکے بعد حاجات ضروری سے فرصت پاکر نہانا چاہئیے۔

جب بدن بہت تھکا ہوا ہو۔ گرم ہو۔ پیٹ بھرا ہوا ہو۔ پاخانہ کیحاجت ہو اوسوقت نہانا نہیں چاہئیے۔ بیماری کیوقت خصوصاً دست اور پیچش کی بیماری میں نہانا منع ہے موسم گرما میں سورج نکلنے سے پہلے نہانا زیادہ مفید ہے جنکی صحت عمدہ ہو ان کو ہمیشہ اسوقت اور ٹھنڈے پانی میں اور اگر ممکن ہو بہتے ہوئے پانی میں نہانا چاہئیے کمزور اور بڈہے آدمیوں کو خصوصاً موسم سرما میں نیم گرم پانی سے کسی محفوظ جگہہ میں نہانا چاہئیے۔

ہر حالت گرمی وغیرہ میں خصوصاً نہانے کے بعد دہوتی وغیرہ گیلا کپڑا استعمال کرنا نہیں

صحت کو نقصان پہونچتا ہے۔

(۴) روزمرہ۔ تیسرے روز یا آٹھویں روز خصیصاً سرد اور خشک موسم میں سارے جسم پر تیل کی مالش بہت مفید ہے۔

(۵) بالوں کو ہمیشہ صاف رکھنا چاہئے آٹھویں روز یا جب موقع ہو کسی میل نکالنے والی چیز صابن۔ آنولہ۔ وغیرہ سے بالوں کو دھوکر اُن میں تیل ڈالنا چاہئے۔

(۶) نہاتے وقت اور نیز سوتے اور جاگتے وقت آنکھوں کو ٹھنڈے اور صاف پانی میں بھگونا اور چھینٹے مار کر خوب صاف کرنا چاہئے۔ اگر کسی وجہ سے آنکھیں کم زور اور غدود بھری ہوں تو تر پھلے یعنی ہڑ۔ بہیڑہ۔ آنولہ۔ کے پانی سے دھو کر کچھ دیر بعد یا سوتے وقت بچوں کو کاجل اور زیادہ عمر والوں کو سرمہ لگانا مفید ہے۔

(۷) جاڑوں میں تھوڑی دیر برہنہ جسم دھوپ میں بیٹھنے سے اور گرمیوں میں چاندنی میں بیٹھنے سے دھوپ اور چاندنی کی شعاعوں سے بہت صفائی تروتازگی اور شگفتگی حاصل ہوتی ہے۔

**کپڑوں کی صفائی** کپڑے اس قسم کے استعمال کرنے چاہئیں۔ جنپر سردی یا گرمی خراب اثر نہ ڈال سکے جو نہ ایسے تنگ و چست ہوں کہ پہننے اوتارنے میں تکلیف اور سانس لینے میں رکاوٹ ہو یا کوئی حصۂ جسم کا دبتا رہے اور نہ ایسے ڈھیلے ہوں کہ چلتے وقت ہوا میں اوڑنے لگیں یا زمین میں گھسیٹتے ہوئے چلیں۔ گرمیوں میں سر پر ایک تہان کا عمامہ اور پاؤں میں موزے پہننا مناسب نہیں۔

کپڑوں کو وقتاً فوقتاً جھاڑنا اور میل نکالنے والی چیزوں اور پانی سے دھونا چاہئے جو پانی سے صاف نہو سکیں اونکو دھوپ اور ہوا سے صاف کرنا چاہئے۔

جسطرح دن میں استعمال کرنے کے کپڑے صاف رکھنے لازم ہیں اسیطرح سے رات کے استعمال کے کپڑے بستر وغیرہ۔ کو اور نیز دھوتی کو اوجلا اور صاف رکھنا چاہئے۔

کھانے پینے و دیگر استعمال کے برتن اور اسباب کو بھی صاف اور ستھرا رکھنا چاہئے۔

**مکان کی صفائی** مکان ایسا ہونا چاہئے جسمیں نمی نہ ہو سورج کی روشنی اچھی طرح سے آتی ہو۔ پاخانہ ایسی جگہ ہو کہ سارے مکان میں تعفن نہ پھیلنے پاوے اور اسکی صفائی آسانی اور عمدگی سے ہو سکے۔

رسوئی خانہ بھی ایسی جگہ ہو کہ دہواں سارے مکانمیں نہ پھیل سکے۔ رسوئی کے مکان میں ہر روز کہانا بنانے سے پہلے جہاڑو دیکر چونے کا فرش ہو تو پانی سے ورنہ مٹی وغیرہ سے چوکا دینا چاہیئے۔ رسوئی مکان میں یہ بھی لحاظ رکہنا چاہیئے کہ نہ تو پانی جذب ہونے پاوے اور نہ کسی ایک جگہ جمع ہو کر سڑنے لگے۔ نمی اور بو رفع کرنے کے واسطے اگر اچھیا گوگل لوبان وغیرہ بھی جلایا جاوے تو اور بھی بہتر ہے۔

پاخانہ اور موریاں باقاعدہ صاف ہونی چاہیں مکان کے باہر یا صحن اور برآمدے میں تلسی وغیرہ پودوں پھولوں اور گملوں کو قرینہ سے لگانا۔ اور کمروں کو گلدستوں اور عالم باعمل اصحاب کی تصاویر اور نصیحت آمیز مقولوں سے سجانا مناسب ہے۔

بعد موسم برسات سارے مکان کو سفیدی وغیرہ سے درست اور صاف کرنا مناسب ہے۔ نمی یا بو دور کرنے یا جاڑے کے موسم میں تاپنے اور مکان کو گرم رکہنے کیلئے اکثر آگ جلائی جاتی ہے اسواسطے مکانوں میں آتش دان بھی ہونا ضروری ہے۔ اگر آتش دان نہ ہو تو اوپر چھت کے نزدیک اور نیچے زمین کے نزدیک ایسے روشن دان اور سوراخ رکہنے مناسب ہیں جنکے ذریعہ دہواں نکل سکے اور تازہ ہوا آسکے جہاں آتشدان و روشن دان نہ ہوں وہاں کوئلہ وغیرہ کا جلانا خصوصاً مکان کے دروازے بند کرکے نہایت ہی مضر صحت ہے۔

**روشنی کا استعمال** رات کے وقت مکان میں روشنی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ مٹی کا تیل جو عام طور پر مروج ہے اوس میں بو اور دہواں زیادہ ہونے کا نقص ہے اسوجہ سے تل یا سرسوں کا تیل یا موم بتی کا جلانا بہتر ہے اگر تیز روشنی کیضرورت ہو تو مٹی کا تیل ایسے لیمپوں میں جلانا چاہیئے جنمیں کانچ کی چمنی یا اور کوئی ترکیب دہواں اور کاجل کم نکلنے کی موجود ہو۔

کم روشنی میں یا تیز روشنی کے سامنے زیادہ باریک کام کرنے سے آنکھ کو نقصان پہونچتا ہے اسلیئے یہ لحاظ ہمیشہ رکہنا چاہیئے کہ باریک کام کرتے وقت روشنی کافی ہو اور تیز لیمپ وغیرہ کو بجائے سامنے رکہنے کے پیچھے کیطرف یا بائیں طرف مناسب فاصلہ اور اونچائی پر رکہنا چاہیئے اور اگر زیادہ دیر تک کام کرنا ہو تو ہر گھنٹہ آدھ گھنٹہ کے بعد ایک دو منٹ تک آنکھ کو بند کرکے آرام دینا مناسب ہے۔ مذکورہ

بالا پابندیوں سے جسمانی صحت عمدہ قائم رہتی ہے اور بیماری نہیں ہونے پاتی -
پرشن - کیا اسطرح کی پابندی اور احتیاط سے وبائی بیماریوں سے بھی حفاظت ہونی ممکن ہے؟
اوتر - وبائی بیماریاں عموماً اوس جسم پر زیادہ اثر کرتی ہیں جسمیں اون وبائی بیماریوں
جیسا مادہ موجود ہو - اور مذکورہ بالا پابندیوں سے ایسا مادہ پیدا نہیں ہوتا اس لحاظ سے
وبائی بیماریوں سے بھی بہت کچھ حفاظت ہوجاتی ہے تاہم وبائی بیماریوں کا انسداد اور
اونسے بچنے کا انتظام سماجک اونتی کے ذمہ وار اشخاص کیطرف سے ہونا چاہیے جسکا کر
سماجک دہرم میں مفصل طور پر کیا جاویگا ÷

جسم صرف بطور ایک مکان کے ہے

واضح رہے کہ انسان کا جسم صرف بطور ایک مکان یا آلہ کے ہے اور
اگرچہ جسم کا اثر خصوصاً خوراک و رہن گت کی وجہ سے من وغیرہ پر
بھی پڑتا ہے - مثلاً بھوک - پیاس - نیند کی خماری سر درد وغیرہ میں من کی طاقتیں
قوت حافظہ وغیرہ ٹھیک ٹھیک اپنا کام نہیں دیسکتیں تاہم من کا اثر جسم پر بہت
زیادہ پڑتا ہے - مثلاً خوف یا غصہ وغیرہ کا اثر جسم پر اسقدر پڑتا ہے کہ کبھی کبھی نہایت
سخت جسمانی بیماریاں لاحق ہوجاتی ہیں اس وجہ سے شاریرک دہرم کو پالن کرتے
ہوئے مانسک دہرم وغیرہ کو شاریرک دہرم سے بدرجہا زیادہ توجہ کے ساتھ پالن
کرنا چاہیے - جنکا ذکر اگلے حصوں میں درج ہے ÷

# جلد اول حصہ دوم مانسک دھرم

## یعنے

# فرائض اخلاقی باطنی

**مانسک دھرم کی ویاکھیا**

جیسے چمڑہ - گوشت - خون - ہڈی چربی - مغز اور ویریج سے ظاہر اور دکھائی دینیوالا استھول شریر یعنے جسم عنصری بنا ہوا ہے - اسیطرح پران جو زندگی اور حرکت کا ذریعہ ہے - کرم اندریان اور گیان اندریان یعنے حواس خمسہ ظاہری و باطنی اور من جو ہر لمحہ سنکلپ وبکلپ کرتا رہتا ہے - ان سب طاقتوں سے بنا ہوا سوکشم شریر یعنے لطیف جسم بیرونی جسم کے اندر ہے جسکی طاقتیں استھول شریر سے بدرجہا زیادہ ہیں - اور صرف پرکاش روپ ہیں - بیرونی جسم اندرونی جسم کا صرف بطور ایک خول یا غلاف کے ہے جسپر اندرونی جسم کا اثر ہر وقت پڑتا رہتا ہے ×

**مانسک دھرم کی ویاکھیا النکار یعنی استعارہ مین**

النکار روپی کتھا کے طور پر دھارمک پرش ایسا کہتے ہین کہ شریر روپی نگر مین من راجہ کیطرح ہے اور گیان اندریان یعنے حواس خمسہ باطنی اُسکے اہلکار اور کرم اندریان یعنے حواس خمسہ ظاہری اُسکے خدمتگار ہین - جملہ ناڑی وپٹھہ ہائے اُسکی فوج اور ویریج دولت کا خزانہ ہے - جس قدر ویریج زیادہ ہوگا اور جملہ اہلکاروں - خدمتگاروں اور فوج سے ٹھیک ٹھیک کام لیکر ویریج روپی دھن سے اُنکو خوش کیا جاویگا اُسیقدر راج کو ترقی ہوگی - اور اگر ویریج کم ہوگا اور اُسکے زیادہ کرنے کی کوشش نہ کیجاویگی - اور اُسکو نامناسب طور پر یا فضول خرچ کیا جاویگا تو من روپی راجہ کا تیج جاتا رہیگا - اہلکار کمزور ہو کر تھک جاوینگے اور آخر کار کام کرنے سے جواب دیدینگے اور راج نشٹ کو پراپت ہو جاویگا ×

من کی شکتیان یعنے طاقتین بے شمار ہین جنکو ٹھیک ٹھیک نشوونما کرنے

اور استعمال کرنے سے سارے سکھ حاصل ہو سکتے ہین - اور اگر اگیانتا - آلس -
لالچ آدی دوشون یعنے جہالت سستی اور طمع وغیرہ کے سبب ساری طاقتون
کی ٹھیک ٹھیک ورد ہی یعنے نشو و نما نہ ہووے - یا اُن سے پورا پورا کام نہ
لیا جاوے یا نامناسب کام لیا جاوے تو من اندریون کی قید مین پہنس کر
طرح طرح کے دکھون مین مبتلا ہو جاتا ہے اور اندریان بہی مثل بے سری فوج
کے پریشان اور پراگندہ رہتی ہین ❊

**من کو ہر حالت مین یکسو رکہنا چاہیے -** جیسے دن کے بعد رات اور رات کے بعد دن ہمیشہ ظہور پذیر ہوتے رہتے ہین - اور گرمی کے بعد سردی اور سردی
کے بعد گرمی کا سلسلہ لگا ہوا ہے - اسیطرح دنیاوی کامون مین خوشی کے ساتھ
رنج اور رنج کے ساتھہ خوشی وابستہ رہتی ہے - پس ہرک شوک مین زیادہ لپائمان
نہ ہوتے ہوئے من کو ہر حالت مین ساوہان یعنے یکسو رکہنا چاہیے - نہ
خوشی کے موقع پر بے اندازہ خوش ہونا مناسب ہے - نہ رنج کے وقت بالکل گہبرا جانا
زیبا ہے - ان دونو حالتون کو عارضی سمجہکر سچے من سے اپنے فرائض ادا کرنے
مین مصروف رہنا چاہیے - جسقدر بڑے بڑے آدمی دنیا مین نمایان کام کرکے
اپنا نام روشن کر گئے ہین سب مذکورہ بالا طریقہ سے اپنے فرائض انسانی ادا کرتے
رہے ہین چنانچہ مثال کے طور پر مختصر حال مہاراجہ رام چندرجی کا لکہا جاتا ہے

**درشٹانت مہاراجہ رامچندرجی** - جب مہاراجہ رامچندرجی کو
اُنکے پتا دسرتہہ نے راج دینے کا ارادہ کیا اُسوقت اجودہیا باسیون اور رامچندر
جی کی ماتا کوشلیا وغیرہ کو نہایت خوشی ہوئی - جیسے جیسے راج تلک کا وقت قریب
آتا جاتا تہا خوشی کے سامان زیادہ ہوتے جاتے تہے یہانتک کہ جس دن راج تلک
ہونا تہا اُس سے ماقبل شب کو رات بہر شہر اور محلون مین طرح طرح کی خوشیان
منائی گئین - مگر مہاراجہ رامچندر کی طبیعت مین کوئی خاص تغیر واقع نہین ہوا -
وہ جیسے ہمیشہ رات کو سوتے تہے اسی طرح سوکر اور پچہلے پہر اُٹہکر معمولی فرائض ادا کرتے
رہے - اور پہر حسب دستور سابقہ معینہ وقت پر مہاراجہ دسرتہہ کے پاس گئے - وہان
جاتے ہی بجاے راج کے بن باس ملا - اُسوقت بہی مہاراجہ رامچندرجی کو رنج نہین ہوا

بلکہ وہ یہ کہتے تھے کہ اب جنگلون کے قدرتی نظارون سے طبیعت خوش کرینگے اور گوشہ نشین مہاتماؤن کے درشن اور ست سنگ سے لابھہ اُٹھائینگے ؀

بجاے راج کے بن باس کا ملنا ہی کچھہ کم مصیبت نہ تھی مگر اُس بیکسی کیحالت مین پتا کے مرنے کا صدمہ - پتی برتا استری سیتاجی کو راون کا جُرا کر لیجانا - راون کے ساتھہ جدّہ مین جودھا بہائی لچھمن جی کا سخت زخمی ہونا - غرضکہ مصیبت پر مصیبت کا پڑنا ایسے درد انگیز واقعات ہین کہ جنکے سُننے سے دل کانپ جاتا ہے مگر مہاراجہ رامچندرجی نے سب صدمون کو مثل ایک سچے دھارمک اور جودھا پُرش کے برداشت کرتے ہوے چودہ برس کی مصیبت کے زمانہ کو نہایت ہمت اور جوانمردی پارسائی اور بہادری کے ساتھہ گذارکر پھر اپنے وطن اجودھیا مین جاکر راج کیا ؀

**من کو بُرے خیالات سے روکنے کا طریقہ**

انسان کا من مثل ایک سمندر کے ہے جسمین سنکلپ وکلپ یعنی لہرین نہایت زور سے موجین مار رہی ہین ؀

ہندوستان کے رشیون نے من کو دو زبان والا سرپ کہا ہے - ایک زبان مین امرت بھرا ہوا ہے اور دوسری مین وِکھہ یعنے زہر - اچھے خیالات کو امرت اور بُرے خیالات کو زہر سمجھنا چاہئیے -

پہلے ہمرد من سنکلپ یعنے خیال پیدا ہوتا ہے اُسکے موافق کرم یعنے فعل سرزد ہوتا ہے اور اپنا پھل سُکھہ یا دُکھہ دیتا ہوا سنسکار روپ بیج کیطرح من مین موجود رہتا ہے - اسطرح سے سنسکار سے کرم اور کرم سے سنسکار کا چکر برابر چلتا رہتا ہے - اور اچھے یا بُرے خیالات مین من ہر وقت پھنسا رہتا ہے ؀

بُرے خیالات ایک دن مین پیدا نہین ہوتے ہین بلکہ آہستہ آہستہ عرصہ دراز تک اُنمین مبتلا رہنے سے وہ زور پکڑتے ہین عموماً شروع مین کو سنگ یعنے بد صحبت کے سبب کسی خاص وشئی کے کمزور خواہش پیدا ہوتی ہے - وشیون مین خواہ دولت کی خواہش ہو خواہ شہرت کی - خواہ عمدہ مکان اور عمدہ خوراک کی - خواہ عزت اور حکومت کی اور خواہ عیش و عشرت اور داو باشی کی - آہستہ آہستہ من اُس وشئی کو پسند کرنے لگتا ہے - پھر اُسکو بھوگنے کی خواہش پیدا ہوتی ہے - اُس وقت اُس وشئی کو حاصل کرنے کی تدابیر سوچی جاتی ہین - پہلے جائز وسائل پر نگاہ پڑتی ہے اُنمین وقت حائل ہونے

یا ناکامیابی کی وجہ سے ناجائز وسائل پر نوبت پہونچتی ہے - مگر یہ کوشش رہتی ہے
کہ اُن ناجائز وسائل کی کسی دوسرے کو خبر نہ ہونے پاوے اور ساتھہ ہی اُن
ناجائز وسائل کو جائز وسائل ثابت کرنے کی فکر بھی رہتی ہے تاکہ پردہ فاش ہونے
پر وہ ثبوت پیش کیئے جاسکین - رفتہ رفتہ یہ حال ہوجاتا ہے کہ خواہ کوئی کتنا
ہی بُرا کہے - خواہ کیسی ہی تکالیف عائد ہون - خواہ کیسے ہی جرم اور گناہ سرزد
ہون - پر اس طرف سے طبیعت نہین ہٹ سکتی - گھر بار کا تیاگ کر دینا - سردی
گرمی کو برداشت کر لینا - جان تک پر کھیل جانا آسان معلوم ہوتا ہے مگر اُس
بُری عادت کو چھوڑنا مشکل معلوم ہوتا ہے - اگر پہلی ہی مرتبہ جو بُرا خیال پیدا
ہوا تھا اُسکو بُرا سمجھکر روک دیا جاتا تو آیندہ اُس طرف من ہرگز متوجہ نہ ہوتا
اور ویسے ردی شستر وہروے ردی تفصیل مین ہرگز وقت نہ پاتا ؞

پس بُرے خیالات سے من کو شُدہ کرنے کے واسطے کُو سنگ کو تیاگ
اور ست سنگ کو گرہن کرنا لازم ہے - ست سنگ کے ذریعہ جملہ بُرے خیالات
کو ایک ایک کرکے من سے نکال دینا چاہیئے ؞

اگر عالم با عمل مہاتماؤن کا ست سنگ میسر نہ ہوسکے - تو اُسکا بدل
مہاتماؤن کی بنائی ہوئی اخلاقی کُتب ہر جگہ اور ہر موقع پر آسانی سے ملنی
ممکن ہین ؞

لڑکپن سے ہی اگر انسان کُو سنگ سے محفوظ رہ کر ست سنگ کی دولت
سے فیضیاب ہوتا رہے تو اُسکا من سبھاو کہ ہی شُدہ رہیگا ؞

**من کو صاف کرنیکا دوسرا طریقہ**

مفصلہ ذیل دوشوں یعنے بُرائیوں سے جہانتک ممکن ہو
من کو محفوظ رکھنا چاہیئے - اگرچہ خاص خاص حالتوں اور موقعوں پر
ان دوشون سے بچنا بہت مشکل بلکہ قریب ناممکن ہے - تاہم خیال رکھنے اور
کوشش کرتے رہنے سے ان دوشون کے اثر سے بہت کچھ حفاظت ہونی
ممکن ہے - وہ دوش حسب ذیل ہین - کرودھ یعنے غصہ - ابھمان یعنے غرور - سُکھتا
یعنے نزاکت - ایرکھا یعنے حسد - دویش یعنے دشمنی - نندا یعنے ہجو - بھیہ یعنے خوف
لجیا یعنے شرم - شنکا یعنے شُبہ - لوبھہ یعنے لالچ - موہ یعنے محبت - ہٹ یعنے ضد

پکش پات یعنے طرفداری - سوارتھ یعنے خود غرضی - چنتا یعنے فکر - اوساودھانتا
یعنے بے اطمینانی - آلس یعنے کاہلی - آترتا یعنے عجلت - الٹوچیو یعنے دنیا سازی -
چھل یعنے دہوکہ - است یعنے جھوٹ بولنا ؛

**(۱) کرودہ یعنے غصہ** یہ دوش تہوڑے سے اشتعالک سے پیدا ہوجاتا ہے اور جسم کو
مثل اگنی کے تاپنے اور جلانے لگتا ہے - غصہ کی حالت مین من اور حواس بے
قابو ہوجاتے ہین اور اس طوفان بے تمیزی اور جوش کی حالت مین کئی نامناسب
اور ناشایستہ حرکات ایسی سرزد ہوجانی ممکن ہین جنکا خراب اثر زندگی بہر سہنا
پڑے اور افسوس کرنا پڑے - مباحثہ کے وقت غصہ آنے سے وچار شکتی اور [illegible]
مفقود ہوجاتی ہین - انصاف ظلم اور زبردستی اور بے رحمی مین تبدیل ہوجاتا
ہے - سچائی کی کوشش بند ہوکر اپنی فتح کی کوشش شروع ہوجاتی ہے پس
ہمیشہ کوشش کرنی چاہئے کہ غصہ پیدا ہونے کے وسائل پیدا نہ ہونے پاوین -
ایسی باتون سے جو غصہ پیدا کرین پرے رہنا چاہئے کیونکہ جس شخص کو بخار کا خوف
ہو اسکو اُن چیزون سے جو بخار کو زیادہ کرین ضرور پرہیز کرنا لازم ہے - بغیر غصہ
کے زندگی بسر کرنا بہ نسبت اسکے کہ غصہ کو روکا جاوے یا معتدل کیا جاوے
زیادہ اچھا ہے - اگر کسی خاص اشتعالک سے غصہ مین گرفتار ہوجاوے تو
بجائے اپنی بے گناہی ثابت کرنے کے اُس موقع سے ہٹ جانا مناسب ہی
جیسے سرپ کو جہان تہوڑی سی جگہہ سر رکہنے کو ملجاتی ہے تو وہ اُس جگہہ سارے
بدن کو بھی پہونچا دیتا ہے اسیطرح جس من پر غصہ کا تہوڑا اثر اور دخل ہوجاتا ہے
اُس من کا غصہ مالک بنجاتا ہے ؛

غصہ کے روکنے کی ایک یہ علاج ہے کہ جب اُسکی آمد معلوم ہو تو نہایت تحمل
اور سنجیدگی سے من کو سنبھالے رکہنا چاہئے ؛

فطرتاً انسان دوسرون کو تکلیف دینا بالکل نہین چاہتا ہے - مگر غصہ کرنیوالا
اکثر بدگمانی سے ایسا خیال کرلیتا ہے کہ فلان شخص نے ضرور مجھکو تکلیف دینے
کا ارادہ کیا تہا ؛

اگر غصہ کا جذبہ نہ رُک سکے تو زبان کو روکنے کی کوشش کرنی چاہئے جو غصہ

آمیز یا ملامت انگیز الفاظ سے گفتگو کرنا - یا غصہ کی باتون کو گرم جوشی سے بیان کرنا گویا آگنی کو زیادہ روشن کرنا اور شعلون کو بہڑکانا ہے - خاموش ہو جانے سے غصہ اپنے آپ چلا جاتا ہے اور شانتی اپنا سایہ ڈالدیتی ہے +

واضح رہے کہ کسی شخص سے محبت کی وجہ سے اُسکی بہتیری کے لئے کرودہ کرنا نامناسب نہین ہے - نیکی سے محبت کی وجہ سے کسی ظلم یا بدی کے مخالف ناراضگی اور غصہ کا اظہار قابل اعتراض نہین ہے -

(۲) ابہمان یعنے غرور - غور سے دیکہا جاوے تو انسان ضعیف البنیان کی زندگی پانی کے بلبلے کیطرح ہے - بیماری وغیرہ کے وقت بالکل بے بس ہو جاتا ہے - اور تہوڑے عرصہ مین جیسے خالی ہاتہہ آیا تہا اس دار فانی سے کوچ کر جاتا ہے - اگر علم - دولت - حکومت وغیرہ کا غرور کیا جاوے تو دنیا مین ایک سے ایک زیادہ عالم - دولتمند - اور بڑے سے بڑے حکومت والے موجود ہین +

اپنے سے ایک یا زیادہ درجہ اونچے آدمیون کیطرح رہنا - یا ظاہر کرنا غرور کی اصل نشانی ہے - مفلس جو ظاہر مین امیری کہلاتے ہین - شادی وغیرہ کے موقع پر قرض لیکر روپیہ برباد کرتے ہین یا مانگے کا زیور اور کپڑا پہنکر اپنی بہڑک دکہلاتے ہین - کم علم جو زیادہ علم والا اپنے تئین ظاہر کرنا چاہتا ہے - یہ سب ایک قسم کے مغرور ہین - مغرور کی امیدین اسقدر زیادہ ہوتی ہین کہ وہ کبہی پوری نہین ہو سکتین دل ایک چہوٹی چیز ہے مگر بڑی بڑی چیزون کی خواہش کرتا ہے وہ سیر بہر اناج بہی نہین کہا سکتا ہے مگر دنیا بہر کو بہی اپنے واسطے کافی نہین سمجہتا - غرور سے ہمیشہ نیچا دیکہنا پڑتا ہے اور اس تکلیف کو ناقابل برداشت سمجہکر مغرور بے چین رہتا ہے +

یہ اچہا ہے کہ کوئی شخص بہلا ہو اور بُرا شبہ کیا جاوے بہ نسبت اِسکے کہ وہ بُرا ہو اور بہلا شبہ کیا جاوے - پہلی حالت مین غربت اور مسکینی پیدا ہو کر شانتی حاصل ہوتی ہے - اور پچہلی حالت مین جہوٹی شہرت اور ناموری حاصل ہو کر غرور پیدا ہوتا ہے +

کسر نفسی سے اپنے تئین چہوٹا ظاہر کرنا یا فروتنی کے ساتہہ باتین کرنا بہی ایک قسم کا غرور ہے - جس سے بچنے کے واسطے انسان کو ٹہیک ٹہیک جیسا وہ ہے

ویسا ہی اپنے تیئین ظاہر کرنا چاہیے اور اپنی الپ شکتی یعنے محدود طاقت پر نظر ڈالکر
اور پرماتما کی مہان شکتی پر دہیان دیکر اسکی عظمت سے اپنا پیمانہ قائم کرنا چاہیے
تاکہ خواہ کتنی ہی ترقی کرتا رہے پھر بھی اس عظیم پیمانہ کے مواقف وہ ترقی کمتر ہی دکھلائی دیتی
رہے +

جو شخص دنیادی سامانون کے حاصل ہو جانے پر غرور کرنے لگتے ہین اُنکو مفصلہ
ذیل اتہاس پر غور کرنا چاہیے ÷

**قارون بادشاہ اور سولن حکیم کی حکایت**

مشہور روایت ہی کہ قارون بادشاہ بڑا دولتمند تہا - اور اپنی دولت کا
بڑا گھمنڈ رکھتا تہا - جو شخص اُسکے پاس جاتا تہا اُسکو اپنی دولت
کے خزانے دکھلاکر تعریف سُننے کا خواہان ہوتا تہا - ایک مرتبہ سولن جو یونان کے سات
منتخب حکیمون مین ایک نامور حکیم گذرا ہے قارون کے دربار مین گیا - قارون نے
اپنی عادت کے مواقف اُس حکیم کو بھی ساری دولت دکھلائی اور تعریف سُننے کی اُمید
کی - سولن نے اُسکے جاہ و حشمت و دولت و خزانہ کو دیکھکر بجاے تعریف کے خاموشی
اختیار کی - قارون کو وہ خاموشی ناگوار معلوم ہوئی - اور خود پوچھنے لگا کہ دنیا مین سب
سے زیادہ خوش و خورم سولن کسکو سمجھتا ہے - سولن نے ایک شخص کا نام لیا جو اپنے
ملک کی آزادی قائم رکھنے کے واسطے لڑائی مین مارا گیا تہا - قارون نے پھر پوچھا
کہ دوسرے درجہ پر کسکو خوش سمجھتے ہو - سولن نے دو نوجوان لڑکون کا نام لیا جنہون
نے اپنے ماباپ کی نہایت عمدہ طرح فرمانبرداری اور خدمتگذاری کی تہی جسکے عوض
مین اُنکی ماتا نے دعا مانگی کہ دنیا کی سب سے عمدہ نعمت اُنکو حاصل ہو جو نعمت نہایت
امن کی موت مین ظاہر ہوئی +

جب دوسرے درجہ پر بھی سولن کی زبان سے قارون نے اپنا نام نہین سُنا
تو تعجب اور ناراضگی کے ساتھ کہنے لگا کہ کیا مین جو اسقدر دولت و حشمت رکھتا
ہون - خوش نہین سمجھا جا سکتا - سولن نے جواب دیا کہ مرنے سے پہلے کسیکو
خوش کس طرح کہا جا سکتا ہے - دنیا کی ہر ایک چیز کو لمحہ لمحہ مین تبدیلی ہوتی رہتی ہے
نہ معلوم تمہاری زندگی مین ابھی کیا کیا تغیر و تبدل واقع ہون ÷
یہ وجہی جواب سُنکر قارون نہایت ناراض ہوا اور بغیر خاطر تواضع کے سولن کو

رخصت کردیا ✣

کچھ عرصہ کے بعد ایران کے بادشاہ کیخسرو نے قارون کے ملک پر چڑھائی کی اور قارون کو شکست دیکر قید کرلیا اور حکم دیا کہ اسکو آگ مین جلا دیا جاوے ✣

جب آگ اچھی طرح روشن ہوئی اور قارون کو اُس مین ڈالنے کا ارادہ کیا گیا - اُسوقت اُسکو سولن حکیم کا قول یاد آیا اور اُسکی زبان سے بے ساختہ تین مرتبہ سولن کا نام نکلا - کیخسرو نے اُن الفاظ کے معنی اور بولنے کی وجہ دریافت کی اور سارا حال معلوم ہونے پر اُسکے دل پر بھی سولن کی نصیحت اور بے ثباتی دُنیا کا اسقدر اثر پڑا کہ اُس نے قارون کی جان بخشی کر کے اُس کا ملک اُسی کو واپس دیدیا ✣

اس حادثہ کے بعد قارون کے دل مین دولت وغیرہ کا کبھی گھمان نہیں ہوا ✣

**(۳) سکھ کماری یعنے نزاکت**

من کو ہر وقت نہایت آرام طلبی مین رکھنا بھی بڑا دوش ہے گرمیون مین حبس کی ٹٹی اور پنکھون کے نیچے بیٹھے ہوئے بھی سر مین درد ہونا اور جاڑون مین بے شمار کپڑون کے پہننے اور انگیٹھیون کے سامنے بیٹھتے ہوئے بھی زکام کا ہونا - نازک مزاج آدمیون کی عادت مین داخل ہو جاتا ہے اور اُن کا من اتی کومل ہونے کے سبب تنگشا یعنے گرمی سردی زمانہ کی برداشت کرنے کے لائق بالکل نہین رہتا ✣

**نواب واجد علیشاہ والی اودہ کا مختصر حال**

نواب واجد علیشاہ لڑکپن سے ہی نہایت ناز و نعمت مین پرورش پاتے رہے تھے مشہور روایت ہے کہ حضرت نوابصاحب موصوف ذرا زیادہ دودھ پی لیتے تھے تو دستون کا عارضہ لاحق ہو جاتا تھا کبھی کبھی زکام ہو کر کئی روز منہ مین چھالے پڑ جاتے تھے - اور اگر ذرا کوئی تیز آواز سے بولے تو سر مین درد ہونے لگتا تھا ✣

جب گورنمنٹ انگریزی نے اودہ کے ملک پر تسلط کیا اور دفعتاً نوابصاحب کے محلون کو راتون رات جنگی سپاہیون کے ذریعہ محصور کرلیا - اُسوقت نواب صاحب بے خبری کی حالت مین اپنے معمولی زنانہ لباس سے پانون مین جوتیان پہنے

ہوئے ایک محل سے دوسرے محل مین جانے لگے - پہرہ کے سپاہی نے اپنی معمولی
کرخت آواز کے ساتھہ ہالٹ ہُو کمز دیر ہا کا نعرہ مارا - جسکو سُنکر نواب صاحب
کا کلیجہ دہل گیا اور قریب قریب بے ہوشی طاری ہو گئی اور جب نواب صاحب
انگریزی افسر کے سامنے پیش ہوئے تو باوجود قوی ہیکل نوجوان ہونے
کے یہ کہکر کہ مین بالکل بے قصور ہون بچون کیطرح رونے لگے ✤

(۴) ایرکہاہے یعنے حسد - اس دنیا مین ہر ایک شخص کو سُکھہ اور دُکھہ نفع اور نقصان نیکنامی
اور بدنامی - جاہ و حشمت اور تنگدستی و افلاس - صرف اپنے اعمالون کے سبب حاصل
ہوتے ہین - پس کسی دوسرے کے عروج کو دیکھہ کر حسد کرنے سے اُسکے عروج مین
ہرگز کمی نہین آسکتی - صرف حسد کرنیوالے کا دل جلتا رہتا ہے اور وہ سب
کی آنکھون مین حقیر ہو جاتا ہے اور جسقدر اُسکے حسد کرنے کی عادت بڑھتی
جاتی ہے اُسیقدر بے چینی رہتی ہے اور نیا ونشکتی یعنے انصاف کی صفت جدا
ہوتی جاتی ہے ✤

حسد عموماً دوسرون کے سُکھہ کو دیکھہ کر ہوتی ہے - بڑون سے اسواسطے
کہ اُنکی برابر نہین ہین - چھوٹون سے اسواسطے کہ وہ ہماری برابر نہو جاوین -
اور برابر والون سے اسواسطے کہ وہ ہماری برابر کیون ہین - حاسد مذکورہ بالا
وجہ کے سبب دوسرون کی غلطی اور تکلیف و مصیبت کو دیکھکر خوش ہوا کرتا ہے
حسد کرنا ظاہرا جنگ کرنے سے زیادہ خراب اور خطرناک ہے - کیونکہ
لڑائی کرنے والا جب لڑائی کی وجہ ختم ہو جاتی ہے اُسوقت دشمنی کرنی چھوڑ
دیتا ہے - مگر حاسد کبھی دوست نہین ہوتا - دشمن تو کھلے طور پر لڑائی کرتا ہے
اور لڑائی کی واجبی وجہ رکھنے کے سبب اُسکو ظاہر کرنے مین کبھی خوف یا تامل
نہین کرتا - مگر حاسد صرف اپنی بدنیتی کے سبب دشمنی کرتا ہے جسکو کسی کے سامنے
ظاہر نہین کر سکتا ہے اور بجائے کھلے طور پر لڑنے کے چھپ چھپ کر نہایت
کمینہ پن کے ساتھہ بزدلانہ حملے کرتا رہتا ہے ✤

حاسدون نے اپنی مذموم عادت حسد کے بس ہوکر دہرم پر - ادہرم پرولی
شستروں سے بے شمار حملے کئے ہین - وہ اُسکے تباہ کرنے مین اپنے نزدیک

کوئی دقیقہ باقی نہین رکہا - مہاتماؤن کو تکلیف دی - دوستون کو دہوکا دیا - نیکون کو بدنام کیا - بے گناہون کو قتل کیا - غرضیکہ بے شمار خراب افعال کرتے کرتے اپنے تئین تباہ کر دیا - پس ہر ایک مسافر رنک پرش کو لازم ہے کہ ایسی کہیا روپی پیچ کو من روپی بہومی مین ہرگز نہ بوے ❊

**(۵) دویش یعنے دشمنی** جب انسان پیدا ہوتا ہے اسوقت نہ کوئی اسکا دشمن ہوتا ہے نہ دوست - رفتہ رفتہ اسکے اپنے اعمال ہی دوستی یا دشمنی پیدا کرنے کے باعث ہوتے جاتے ہین - دویش دوش سے من مین ہر وقت ایک قسم کی جلن اور بیقراری رہا کرتی ہے اسکی طرف سے ہر وقت خوف لگا رہتا ہے اسلئے مناسب ہے کہ ہر ایک شخص سے جتہاجوگ برتاؤ کرتے ہوئے من مین کسی سے دویش بہاؤ نہ رکہا جاوے ❊

اگر انسان نیک اعمال آدمیون سے دوستی رکہے - فیاض آدمیون کی مدد دیتا رہے مصیبت زدون کی امداد کرتا رہے - اور بد اعمال آدمیون سے علیحدہ رہنے کی کوشش کرتا رہے - تو دویش کے خراب اثر سے بہت کچہ محفوظ رہ سکتا ہے ❊

**(۶) نندا یعنے ہجو کرنا** ہر ایک انسان مین برائی اور اچہائی دونو صفتین موجود رہتی ہین ہمیشہ برائی کو ہی جیسے کہ مکہی زخم پر ہی بیٹہتی ہے خیال مین رکہنا اور مبالغہ سے بیان کرنا یا اچہائیون کو برائیان ظاہر کرنا ہجو کہلاتا ہے - اس دوش سے نندا کرنیوالے کا من نہایت میلا ہو جاتا ہے ❊

نیک آدمیون کو نندا کرنے والون سے دراصل فائدہ پہونچتا ہے کیونکہ وہ نندک آدمیون کے خوف سے ہمیشہ نیم مین رہتے ہین اور اگر درحقیقت اُنمین کوئی خراب عادت ہوتی ہے تو اس سے آگاہ ہو کر اسکو درست کرنے کی کوشش کرتے ہین گویا نندک آدمی نیک اعمال آدمیون کے بلا تنخواہ کے چوکیدار ہین ❊

نندک آدمی کو مناسب ہے کہ وہ ہمیشہ اپنی کمزوریون کو غور اور انصاف کی نظر سے دیکہتا رہے ایسا کرنے سے تو اسکو دوسرون کی نندا کرنے کی

فرصت ملسکے گی اور نہ وہ نند اکرنے کی جرات کر سکے گا۔

**(۷) بھے یعنے خوف** خوف سے من پر بہت خراب اثر پڑتا ہے۔ متواتر خوف مین مبتلا رہنے سے صحت بگڑ جاتی ہے اور زندگی جلد ختم ہو جاتی ہے۔ زیادہ خوف سے بہی اکثر بے ہوشی ہو جاتی ہے بلکہ جان بہی نکل جاتی ہے۔ چنانچہ مشہور روایت ہے کہ کوئی شخص کسی اندہیری جگہہ مین کہونٹا گاڑنے گیا۔ اسکا کپڑا کہونٹے مین آگیا جس کے سبب ایسا خوف کا صدمہ ہوا کہ جان نکل گئی۔ سب سے بڑا خوف من کے سبہاؤ کے وروُدہ کام کرنے سے پیدا ہوتا ہے۔ ہندوستان کے رشیون نے اسی وجہ سے بہے یعنے خوف کو ایک بڑا دُکہہ مانا ہے۔ وہ خوف سے بچنے کے واسطے ہمیشہ دل کے اندر اس قسم کی پراتہنا کرتے رہتے تہے کہ اے پرم پتا پرمیشر۔ آپ ہم کو ہمیشہ ایسے شبہ کرمون کے کرنے کی پریرنا کرتے رہیے کہ جنکے سبب ہم کو اس سنسار کے اندر دور ویش اتہوا سمیپ ویش مین یعنے من اندریون وغیرہ سے اپنے اتر مین اور دوسرے پرانیون سے باہر مین۔ جو بہے ہوتا ہے وہ نشٹ کو پراپت ہو جاوے۔ ہے پرماتمن آپ متر اور اگیانتا وگیات پدارتہہ سب سے ہمکو بہے رہت کیجیے اور ایسی کرپا کیجیے کہ سب پدارتہہ ہم کو متر بہاؤ سے سکہداینک ہو وین۔

**(۸) لجیا یعنے شرم** وہ خواہشین اور خیالات جنکے عمل مین لانے سے اپنے دل مین یا دوسرے آدمیون کے روبرو شرم معلوم ہو ہمیشہ تیاگ کے لائق ہین۔ بار بار شرم آنے سے من کی کئی طاقتین کمزور اور زائل ہو جاتی ہین۔ اور شرم کے کام متواتر کرتے رہنے سے ایسی عادت پڑ جاتی ہے کہ انکو علانیہ کرنے پر مجبور ہو جاتا ہے اور اسطرح عام آدمیون کی نظر مین ذلیل و خوار ہو کر یا تو وہ اپنے دل مین بہی اپنے تئین ذلیل و خوار سمجہنے لگتا ہے اور یا پرلے درجہ کا بے شرم ہو جاتا ہے اور دنیا مین کوئی بڑا اچہا کام کرنے کا حوصلہ نہین رہتا ہے۔ اور یا تو اسکے اندر سے ہمت و دلیری وغیرہ صفات زائل ہو جاتی ہین اور یا برائی کیطرف مائل ہو جاتی ہین۔

(۹) شنکا یعنے شُبہہ — شُبہہ کیحالت مین من کو نہایت تکلیف رہتی ہے۔ پس جس معاملہ مین شُبہہ پیدا ہو اُسکو مناسب وسائل کے ساتھہ دور کر لینا چاہئے جسقدر شُبہہ کی عادت زیادہ پڑتی جاتی ہے اُسیقدر وویک یعنے قوت تمیز کم ہوتی جاتی ہے اور بےچینی سی معلوم ہوتی رہتی ہے۔

دراصل شنکا بُری چیز نہین ہے بلکہ جس کرم کے کرنے مین شنکا پیدا ہو اور پھر بھی وہ کرم کر لیا جاوے وہ بُرا ہے۔

شنکا روپی جھگاڑین دو یا روپی سوریج کے اُبھاؤ مین نکلا کرتی ہین۔ اُن کے دور کرنے کا معقول طریقہ یہ ہے کہ جس معاملہ مین شنکا اُٹھی ہو اُس کو عقل و تحقیقات کے ذریعہ سے مناسب عجلت کے ساتہہ دور کر لیا جاوے اور ہمیشہ اس امر کی احتیاط رہے کہ کشش و پیچ مین ہی موقع ہاتہہ سے نہ نکل جاوے۔

(۱۰) لوبھہ یعنے لالچ — جیسے لالچ کے سبب مچھلی جال مین پھنس جاتی ہے۔ اسی طرح عقلمند سے عقلمند آدمی لالچ کے بس ہو کر ناشائستہ کام کر بیٹھتے ہین۔ روپیہ کے لالچی عقل کو جواب دے کر جوے مین روپیہ ہار دیتے ہین۔ کیمیاگری جاننے کے دُھن مین اور تانبے سے سونا بنانے کے لالچ مین سینکڑون آدمی تباہ ہو جاتے ہین ✦

غرضکہ جہان نامناسب طور پر انسان کے من پر لالچ نے دخل پایا وہان ہی وہ سینکڑون تکالیف و گناہون کی رسیون مین بندھ جاتا ہے لالچ کی وجہ مین جو غلطیان سرزد ہوتی ہین اُن سے زندگی بھر شرمانا اور پچھتانا پڑتا ہے ✦

(۱۱) موہ یعنے محبت — کسی سنسارک پدارتھہ مین نامناسب طور پر محبت کرنے کو موہ کہتے ہین جس کے پربل ہونے پر من کی وچار شکتی پر تم روپی غفلت کا پردہ پڑ جاتا ہے ✦

ماں باپ جب بچون کو کسی نامناسب بات یا بیماری مین دوا کرنے سے اُسکے رونے یا تکلیف کے سبب باز رہتے ہین یا اپنی آنکھون سے دور ہونے کے ڈر سے دریا وغیرہ کے حاصل کرنے کے واسطے دور دیش مین نہین

بھیجتے ہین - یا نوجوان آدمی استری وغیرہ کے کہنے سے ماباپ و دیگر رشتہ داران یا دوست و نوکر وغیرہ سے نامناسب برتاؤ کرتے ہین - بیوپاری وغیرہ جب وطن کی محبت سے سفر کو ملتوی کرتے ہین - یا بہادر سپاہی جان کے خوف یا استری بچون وغیرہ کی محبت کے سبب میدان جنگ سے کنارہ کرتے ہین - تو یہ سب نشانیان موہ کی ہین جنکے سبب سے بے شمار نقصان اُٹھانے پڑتے ہین ٭

**(۱۲) ہٹ یعنے ضد** جب کسی بات کو اپنے انوبھو تجربہ - یا تحقیقات کے ذریعہ معلوم کرلیا جاوے کہ وہ چیز غلط ہے مگر تو بھی اُسپر تجاہل عارفانہ کیا جاوے اُسکو ہٹ کہتے ہین - اِس دوش سے آخر مین ضرور ندامت اور نقصان اُٹھانا پڑتا ہے -

مشہور روایت ہے کہ جب لنکا کا راجہ راون مہاراجہ رامچندر جی کی استری سیتا جی کو چُرا کر لیگیا اور مہاراجہ رامچندر جی معہ فوج راون سے لڑنے کو گئے اُسوقت راون کے بھائی ببھیکشن اور اُسکی استری مندودری وغیرہ نے ہرچند سمجھایا کہ مہاراجہ رامچندر جی کو اُنکی استری واپس دیکر معافی مانگو مگر راون نے ضد کی اور آخر لڑائی مین مارا گیا ٭

**(۱۳) پکش پات یعنے طرفداری** تمام جیون کو اپنی ہی جان والا اور انسان کو اپنی جاتی والا سمجھکر اُنکے گُن - کرم - اور سبھاؤ کے موافق برتاؤ کرنا چاہئے - خاص خاص آدمیون کو اپنا سمجھکر اُنکی طرفداری کرنے سے وچار شکتی (دانائی) کمزور ہوکر من میلا ہو جاتا ہے -

جسقدر دنیا مین لڑائی - فساد اور خونریزیان ہوئی ہین - جسقدر مصیبتین اِسوقت موجود ہین جتنے دُنیا دُکھ ساگر معلوم ہوتی ہے اِن سب پر اگر گہری نگاہ ڈالی جاوے - تو اِن سب مین اکثرون کا اصلی سبب پکش پات ہی نکلیگا ٭

مہاراجہ دھرتراشٹر نے اپنے لڑکے درجودھن کی طرفداری کرکے جدھشٹر کو راج سے محروم کرنا چاہا جسکا نتیجہ مہابھارت کی لڑائی ہوئی جس نے ہندوستان کے سارے راجون اور باشندون کو طرح طرح کے نقصان پہونچا کر نہایت کمزور کردیا ٭

(۱۴) سوارتہہ یعنی خود غرضی — ہمیشہ اپنے مطلب کو ہی مد نظر رکہنا - اپنی رتی بہر فائدہ کے لئے دوسرون کا من بہر نقصان کردینا گوارا کرنا - اپنے فائدے کے موقع پر دوسرون کے استحقاق کو بالکل فراموش کردینا - دہرم کے معاملہ مین ذاتی اغراض کے سبب اپنے است کو ست - اور دوسرون کے ست کو است ظاہر کرنا - اِسکو سوارتہہ دوش کہتے ہین +

ہندوستان کے رشی سوارتہہ کو بہت ہی بُرا سمجہتے تہے - وہ اپنے جیون کا بکہہ اور دیش دوسرون کو لابہہ پہونچانا ہی سمجہتے تہے - اور زندگی بہر دوسرون کے فائدہ کی باتین ہی سوچتے اور کرتے رہتے تہے - اور سب منش ماتر کے فائدے مین ہی اپنا فائدہ سمجہتے تہے - اسیواسطے اُنہون نے نسکام کرمون کی بہت مہابرتن کی ہے +

(۱۵) چنتا یعنے فکر — عموماً دہن وغیرہ دنیاوی پدارتہون کے حاصل کرنے - حفاظت کرنے کیواسطے یا کہوجانے پر دل مین چنتا ہوتی ہے - چنتا سے من کی بہت سی شکتیان کمزور ہوجاتی ہین اور بڑہاپا بیش از وقت آجاتا ہے +

عقلمند آدمی بجاے فکر کرنے کے مستقل مزاجی سے کوشش کرتے ہین کہ جس چیز کا فکر ہو وہ میسر ہوجاوے اور اُسکی پوری حفاظت اور ترقی ہوتی رہے اگر سچی کوشش سے کسی چیز کے حاصل کرنے مین یا اُسکی ترقی مین توجہ دیجاوے تو عموماً کامیابی ضرور ہوتی ہے +

باوجود کوشش کے پہر بہی ناکامیابی رہی تو اُس کوشش مین خامی سمجہکر دوبارہ سہ بارہ جبتک کامیابی نہو کوشش کرتے رہنا چاہیئے +

بروس کی حکایت — سکاٹ لنڈ کا مشہور پیٹریٹ یعنے حب الوطن جو ہن فتحیابی حاصل کرنے کو بہت کوشش کرتا رہا مگر ہمیشہ ناکامیاب رہا اور بڑی بڑی تکالیف مین مبتلا ہوگیا - یہانتک کہ اُسکا حوصلہ پست ہونے لگا - اس مایوسی کی حالت مین جبکہ وہ ایک مرتبہ پلنگ پر لیٹا ہوا تہا اُس نے ایک کیڑے کو دیکہا جو دیوار پر چڑہ کر چہت پر جانا چاہتا تہا مگر بار بار گر پڑتا تہا - جب چہہ مرتبہ چڑہنے اور گرنے کے بعد کیڑا پہر ساتوین مرتبہ چڑہنے لگا تو بروس نے جسکو چہہ مرتبہ ناکامیابی ہوچکی تہی ایک خاص

دلچسپی کے ساتھہ اُس کیڑے کو دیکھنا شروع کیا اور دلمین ارادہ کیا کہ اگر ساتوین مرتبہ دیوار پر چڑہ گیا تو وہ یعنے بروس بھی ساتوین مرتبہ پھر کوشش کریگا۔ کیڑہ ساتوین مرتبہ دیوار پر چڑہ کر چھت پر چلا گیا۔ پس اُس ناچیز کیڑے سے ہمت اور استقلال کا سبق لیکر بروس نے بھی ساتوین مرتبہ نہایت ہمت اور استقلال سے کوشش شروع کی اور کامیاب ہوگیا +

دنیا مین بیشمار چیزین ہین جنکو انسان حاصل کرنا چاہتا ہے۔ مگر حاصل وہی چیزین ہوتی ہین جنکی نسبت پوری کوشش کیجاتی ہے۔ پس وہ چیزین جنکے واسطے وہ کوشش نہین کرتا ہے اُنکے نہ ہونے سے بجاے چنتا کے صبر کرنا مناسب ہے +

صبر کرنے سے کوئی پدارتھہ حاصل نہین ہوتا ہے مگر جو سکہہ پدارتھہ کے حاصل ہونے سے ملتا ہے ویسا ہی بلکہ اُس سے زیادہ صبر سے ملنا ممکن ہے +

اس سنسار مین منش پیدا ہونے سے مرنے تک موافق اپنی کوشش کے اپنی حالت کو زیادہ اچھا یا زیادہ بُرا کر سکتا ہے۔ پس اپنی کوشش سے جو جو چیزین حاصل ہون اُنہین ہی خوش اور صابر رہنا چاہیے +

**شیخ سعدی کا ذکر** مشہور مصنف حضرت شیخ سعدی شیرازی بہت مفلس تھے یہانتک کہ ایک مرتبہ عرصہ تک جفت پاپوش میسر نہ ہوئے اور شیخ موصوف یہ خیال کرکے کہ باوجود اعلی درجہ کی لیاقت کے اُنکو جوتا بھی میسر نہین ہے۔ فکرمند ہوگئے۔ اُسیوقت سامنے سے ایک آدمی آتے دیکھا جسکے دونو پاؤن شکستہ تھے۔ پس دلمین صبر شکر کیا کہ گو شیخ صاحب کو جوتہ میسر نہین ہوا مگر پاؤن تو سلامت تھے +

**(۲۶) اسپادوہانتا یعنے بے اطمینانی یا غفلت یا ڈانوا ڈولی۔** غافل رہتے ہوے من اپنے شریر پر پوری نگرہ مین عمدہ طرح راج نہین کر سکتا۔ جب اُسکی ماتحت طاقتین اندریان۔ پران وغیرہ ہر وقت اپنے اپنے کام مین مستعد رہتے ہین۔ تب من بھی پورا مستعد نہ ہے تو اُنکی پوری نگرانی اور سنبھال نہین کر سکتا + من مین تھوڑی بھی اساودھانتا بھی ہو تو اندریان دہوکہہ دیکر یا ضد کرکے خراب حالت پر چلنا چاہتی ہین اور اگر کچہہ عرصہ تک اُن سے باز پرس نہ کیجاوے تو ایسی سرکش

ہو جاتی ہین کہ پہر اُنکا قابو کرنا اور ٹہیک راستہ پر چلانا بہت مشکل ہو جاتا ہے اِس لئے اساوہ دہانتا کے دوش سے ہمیشہ بچنا چاہئے +

(۱۷) آلس یعنے کاہلی — جس کام کو منش کر سکتا ہو اور نہ کرے یا آہستگی یا کم ہمتی اور بے دلی سے کرے اُسکو آلس دوش کہتے ہین - زیادہ سونا یا سونے سے جاگنے کے بعد بستر مین پڑے رہنا - یا خالی بیٹہے رہنا - یا گزشتہ باتون کو سوچنے مین ہی موجودہ وقت کو ضائع کرتے رہنا - یہ سب نشانیان کاہلی کی ہین +

کاہلی کو گناہون کی جڑ سمجہنا چاہئے کیونکہ اِس دوش کے بڑہنے سے کوئی فرض ٹہیک طرح ادا نہین ہو سکتا اور من اکثر برائیون کیطرف زیادہ مائل ہو جاتا ہے اسلئے اس دوش سے من کو نہایت کوشش کرکے بری رکہنا چاہئے +

(۱۸) اُترتا یعنے عجلت — جیسے کاہلی ایک دوش ہے ویسے ہی ہر ایک کام مین جلدی کرنا بہی دوش ہے - جلدی کرنے سے کسی کام کے عیب وصواب سے پوری واقفیت نہین ہو سکتی - اُسکے سارے پہلوؤن پر نگاہ نہین ڈالی جا سکتی - ہاتہہ پاؤن پہول جاتے ہین - من کو بیقراری رہتی ہے - اور ان سب وجوہات سے وہ کام پورا اور کامیابی کے ساتہہ نہین ہوتا جس کے سبب یوہی ہو کر من کمزور ہو جاتا ہے +

مناسب یہ ہے کہ کاہلی اور عجلت دونو کو چہوڑ کر اعتدال اور استقلال کے ساتہہ ہر ایک کام کو چاند اور سورج کے دورہ کیطرح باقاعدہ کیا جاوے +

(۱۹) للّو چپّو یعنے زمانہ سازی — دل مین خواہ کچہہ ہی خیال یا ارادہ ہو مگر کسیکو خوش کرنے کے واسطے یا مفت احسان کرنے کے واسطے فی البدیہ چاپلوسی کر دینے اور میٹہی میٹہی باتون سے دم دینے کو للّو چپّو کہتے ہین +

جو لوگ جہوٹ بولنے خوشامد کرنے - دہوکہ دینے اور تکلیف دینے کو مذموم عادات سمجہکر اُن سے پرہیز کرتے ہین وہ بہی للّو چپّو کو اختیار کرنے مین کچہہ تامل نہین کرتے ممکن ہے کہ خاص خاص حالتون مین دنیا سازی کی باتین بدرجہ مجبوری کرنی پڑ جاوین لیکن ایسی حالتون کو جہانتک ممکن ہو نہ آنے دینا چاہئے +

اکثر آدمی زمانہ سازی کو راج نیتی کا ایک اصول سمجہتے ہین اور یہ کسیقدر تدبیرات سلطنت کے لئے ٹہیک بہی ہے - لیکن ہر موقع اور ہر شخص کے ساتہہ اس اصول کو

برتنا نہایت نامناسب ہے *

براج نیتی کے موافق بہی جب اِس اصول للّو چپو کو برتا جاوے تو نہایت احتیاط اور اعتدال کے ساتھہ برتا جاتا ہے *

للّو چپّو کے دوش سے من میلا ہوجاتا ہے اور جس شخص کو میٹھی باتون کے ذریعہ دم دیا جاتا ہے وہ اُن باتون پہ بہروسہ کرکے دیگر کوششین چھوڑ دیتا ہے اور نقصان اُٹھاتا ہے - اِسکا پاپ دنیاساز کی گردن پر پڑتا ہے - اِسلئے اِس دوش سے ہر ایک دہار مک پُرش کو پرہیز کرنا بہی لازم ہے *

(۲۰) چھل یعنے دہوکہ　دہوکہ دینے سے جب اِس دہوکہ دینے کا من مین خیال پیدا ہوتا ہے تب تب ہی شرمندگی - بے چینی افسوس اور خوف سے من پژمردہ ہوجاتا ہے - اور جسکو دہوکہ دیا جاتا ہے - اُس سے چار آنکھین نہین کیجاسکتین - اور وہ ہمیشہ کے واسطے دشمن اور بدخواہ ہوجاتا ہے اور جب موقع پاتا ہے تب ہی بدلہ لینے کی کوشش کرتا ہے *

جہوٹا وعدہ کرنا بہی ایک قسم کا دہوکہ ہے خصوصًا وہ وعدہ جسکے اقرار کرتے وقت ہی من مین سوچ لیا جاوے کہ پورا نہین کرینگے *

(۲۱) اسّت یعنے جہوٹ بولنا - اِس خراب عادت سے من بہت میلا ہوجاتا ہے جب آدمی جہوٹ بولتا ہے تو من اندر سے نفرین کرتا ہے مگر رفتہ رفتہ باریک اندر کی آواز بالکل سُنائی دینی بند ہوجاتی ہے *

جہوٹ بولنے والے کو ہمیشہ فکر لگی رہتی ہے کہ اُسکا جہوٹ افشا نہو جاوے اسلئے ایک جہوٹ کو چھپانے کی خاطر بے شمار دیگر جہوٹی باتین بنانی پڑتی ہین لیکن ہزار کارستانی کیجاوے کبہی نہ کبہی جہوٹ کا پردہ فاش ہو ہی جاتا ہے - اور جسکے سامنے جہوٹ بولا جاتا ہے اور جس جس کو اُس جہوٹ کا حال معلوم ہوجاتا ہے وہ سب جہوٹ بولنیوالے کو حقیر سمجھنے لگتے ہین اور زندگی بہر اُسکی بات کا خواہ وہ صحیح ہی کیون نہو اعتبار نہین کرتے *

خوف - خوشامد - دہوکہ دہی یا جلدی مین اقرار کرتے وقت اکثر جہوٹ بولدیا جاتا ہے - پس ایسے موقعون کو یا تو آنے ہی نہ دینا چاہئے اور یا نہایت خبرداری اور استقلال

کے ساتھہ سچائی کو برتنا چاہئے ورنہ بعد کو افسوس کرنا پڑتا ہے ؛

**رستم کی حکایت** روایت ہے کہ ایران کے بادشاہ کیکاؤس کے وقت مین رستم نام کا ایک مشہور پہلوان گذرا ہے - جب رستم کے ایک لڑکا سہراب نام پیدا ہوا تو رستم کی عورت نے اپنے خاوند کو اطلاع دی کہ لڑکی پیدا ہوئی ہے جب سہراب توران کے بادشاہ افراسیاب کی فوج مین شامل ہو کر کیکاؤس سے لڑنے آیا اور رستم سے اُسکا مقابلہ ہوا تب لڑائی شروع کرنے سے پہلے سُہراب نے رستم سے اُسکا نام پوچھا - رستم جھوٹ بولا اور اپنے تئین رستم کا شاگرد ظاہر کیا - جب سہراب مغلوب ہوا تو جان کندنی کیحالت مین رستم سے کہا کہ میرا باپ تجھہ سے بدلا لیگا - رستم نے اُسکے باپ کا نام پوچھا - سُہراب نے جواب دیا "رستم" اُسوقت رستم کا جو حال ہوا - سہراب کو جو ملال ہوا - دیگر رشتہ داروں وغیرہ کے دلوں پر جو صدمہ پہونچا - اُسکا اندازہ ہر ایک شخص اپنے دل مین کر سکتا ہے ؛

یہ غم کی کہانی صفحہ ہستی کے اوراق مین کیون لکھی گئی - صرف اِس وجہ سے کہ رستم کی عورت نے رستم سے اور رستم نے سہراب سے جھوٹ بولا ؛

جس قدر انسان جھوٹ بولنے کا عادی ہوتا جاتا ہے اُسیقدر سچائی جو سب نیکیون کی جڑ ہے اُس سے دور ہوتی جاتی ہے - اسیواسطے کسی حالت مین جھوٹ بولنا مناسب نہین ؛

**من کو صاف کرنے کا تیسرا طریقہ -** من کو ہر ایک دنیاوی معاملہ کی خبر پہونچانے اور خیالات پیدا کرنے کا ذریعہ اندریان یعنے حواس خمسہ ہین - جو چیز دیکھی نہ ہو - سونگھی نہ ہو - چکھی نہ ہو اور چھوئی نہ ہو اُسکا خیال من میں نہین آتا ہے - گویا اندریان من کی خبر رسانی کے دروازے ہین - پس اندریون کو قابو مین رکھنے اور اُنکے ٹھیک استعمال سے من ہمیشہ صاف رہ سکتا ہے - اندریون کو نیم مین رکھنے کیواسطے چند ہدایات کا مختصر طور پر ذکر کیا جاتا ہے ؛

**(۱) آنکھہ** آنکھہ دیکھنے کی طاقت کا آلہ ہے - جب آنکھہ کے اندرونی پردہ مین روشنی کی شعاع پڑتی ہے تو پٹھون مین ایک تحریک پیدا ہو کر وہ تحریک دماغ مین داخل ہوتی ہے اور من اُس روشنی کو محسوس کرتا ہے ؛

روشنی کا اثر آنکھہ کے پردے سے فوراً غائب نہین ہوتا ہے بلکہ تھوڑی دیر تک قائم رہتا ہے - یہی سبب ہے کہ چراغ کو دیکھکر فوراً آنکھہ بند کرنے سے چراغ کی روشنی تھوڑی دیر تک اندر دکھلائی دیتی ہے - اسیطرح ہر ایک خراب چیز کو دیکھنے سے خصوصاً بار بار دیکھنے سے اُسکا بہت زیادہ اثر آنکھہ مین اور اُسکے ذریعہ دل پر پیدا ہونے لگتا ہے ٭

جب کسی چیز سے شعاعین منعکس ہوکر آنکھہ کے خاص دو باریک پردون پر پہونچتی ہین تو فوراً اُس چیز کی تصویر اُس جگہہ پہنچاتی ہے - اور اُس تصویر کا سنسکار یعنے بیج من مین ہمیشہ کیواسطے موجود ہوجاتا ہے ٭

پس آنکھہ کو بُرے نظارون سے ہمیشہ محفوظ رکھنا چاہئے - آنکھہ دیکھتے دیکھتے کبھی سیر نہین ہوتی ہے - لیکن ہر ایک چیز کو اعتدال سے دیکھنے سے قابو مین رہتی ہے ٭

ویشئے اور لالچ کی نگاہ بہت نقصان پہونچاتی ہے - اُس سے سارے جذبے جاگ پڑتے ہین اور من کے قلعہ مین بغاوت پھیل جاتی ہے - جو کوئی کسی پر بدنگاہ ڈالتا ہے وہ من مین گناہ کرنے کا ملزم ہوجاتا ہے ٭

پس یا تو آنکھہ کو اسقدر قابو مین رکھنا چاہئے کہ اُسپر خراب نظارون کا اثر نہ پڑے اور جب چاہو اُن نظارون سے ہٹا لو اور یا ہر ایک چیز کی طرف بے تحاشا نہ جانے دینا چاہئے ٭

آنکھہ من کی کنجی ہے - اِسکے ذریعہ من تک آسانی سے رسائی ہوجاتی ہے - بشرطیکہ ہمیشہ آنکھہ کو مہاتماؤن کے درشن اور اُن کے بنائے ہوئے متبرک گرنتھون کے دیکھنے اور دیگر عمدہ قدرتی نظارون مین ہی مصروف رکھا جاوے ٭

بُرے نظارون کو دیکھنے والے جذبے کے غلام ہوکر خوشی خوشی جاتے ہین اور رنجیدہ واپس آتے ہین - اُنکی خوشی کی رات ہمیشہ غم کی سحر مین تبدیل ہوا کرتی ہے ٭

**(۲) کان** پہلے ہوا بیرونی حصہ کان مین جمع ہوتی ہے یعنے ہوا کے زلزلے کان مین آتے ہین پھر دوسرے حصہ مین جاکر تیسرے حصہ مین ایک خاص تیزی ہوکر تھوڑی کو تحریک ہوتی ہے - جسکے سبب آواز سنائی دینے لگتی ہے - اُس آواز کے ذریعہ من

شناخت کرلیتاہے کہ وہ آواز کسکی اور کیسی ہے اور اُس آواز کا سنسکار یعنے بیج من مین ہمیشہ موجود رہتاہے۔

کان علم حاصل ہونے کے مبارک دروازے ہین۔ پس اُن کو فحش اور خراب باتون سے بچاتے ہوئے مہاتماؤن کے اوپدیش اور عقلمندون کی نصیحت سُننے مین لگانا چاہئے +

ارادہ اور خواہش سے بُری بات سُننی گناہ ہے۔ یا جب ایسا سُننے کو روکا جاسکتاہے مگر روکا نہ جاوے۔ یا بُرائی سُننے پر اُسکو بُرا نہ کہا جاوے تو وہ بھی گناہ یعنے ادہرم سمجہنا چاہئے +

فحش اور گندے الفاظ کا کان مین پڑنا اچھا نہین اور اُنکو خواہش کرکے سُننا گناہ سمجہنا چاہئے۔ ایسے الفاظ دل کے جذبون کو مثل آگنی کی چنگاریون کی گرمائی پہونچاتے ہین اور تپاتے رہتے ہین +

خوشامدی اور خودغرض آدمی کی باتون سے کانون کو محفوظ رکہنا چاہئے۔ سرگوشی کرنے و نیز دوسرون کی خفیہ گفتگو سُننے سے بھی پرہیز لازم ہے +

جو کوئی بُری باتون کو شوق سے سُنتاہے وہ ویساہی بولنے بھی لگتاہے۔ جنکا دل کمزور ہے اُنکو خراب باتون کے سُننے سے ضرور رہے بچنا چاہئے۔ کیونکہ خراب الفاظ کمزور دل پر زیادہ اثر کرتے ہین اور اچھے دل والے خراب الفاظ کو حقارت اور افسوس سے سُنتے ہین اور فوراً بھول جاتے ہین +

اگر بُرے الفاظ کے سُننے والے نہون تو بولنے والے بھی نہین رہ سکتے۔ جیسے زبان کو کڑوی چیزون کے کہانے کی عادت پڑجاتی ہے اسیطرح کانون کو بُری بات سُننے کا چسکا پڑجاتاہے جسکا علاج یہ ہے کہ ہمیشہ بُرے الفاظ بولنے والون کی صحبت سے پرہیز کرنے کی کوشش کیجاوے +

دوسرون کی بُرائی سُننے مین ہرگز خوش نہونا چاہئے۔ اور کہنے والا خواہ کیساہی مُعتبر ہو پھر بھی ایسی باتین بشُبہ سے ہی سُنی مناسب ہین۔ اور چغل خور کو حتی المقدور مُنہ نہ لگایا جاوے +

**(۳) زبان** اِس اندری یعنے حواس سے دوطرح کی مدد من کو ملتی ہے۔ ایک ذائقہ چکھنے کی دوسرے گفتگو کرنے کی +

یہ جاننے کو کہ کون چیز کہانے کے قابل ہے زیادہ تر زبان مدد دیتی ہے۔ گو ناک اور آنکھہ بہی تہوڑی مدد دے سکتے ہین اور اسی وجہ سے زبان کے پاس پاس وہ حواس بہی موجود ہین۔ بار بار تیز و تلخ چیزون کے استعمال سے زبان کی ذایقہ چکہنے کی قوت کمزور و زائل ہوجاتی ہے +

قوت گویائی کی بابت زبان کی جسقدر تعریف کیجاوے کم ہے۔ اِسی بالشت بہر زبان کے ذریعہ درس و تدریس کا سلسلہ جاری ہے۔ اِسی کے وسیلہ وعظ و نصیحت کا چشمہ جاری ہے۔ یہی رونق مجلس و بزم انبساط کا سامان ہے۔ اور اسی کے ذریعہ دہرم سمبندہی سبہاؤن مین پاک بہجنون اور ست اپدیش روپی امرت کی برکہا ہوا کرتی ہے +

یہی زبان جب اِسکا نامناسب استعمال کیا جاتا ہے تو بہت خطرناک آلہ بنجاتی ہے۔ بڑی بڑی جنگ و خونریزیان۔ فساد و خانہ جنگیان زبان کی نوک ہلنے سے وقوع مین آجاتی ہین۔ یہی ننہی سی زبان کذب و افترا کا آلہ اور فحش بکنے کا ذریعہ۔ فضول گوئی کا وسیلہ اور حماقت ظاہر کرنے کا سبب ہوجاتی ہے +

جیسے اگنی کی چہوٹی سی چنگاری بے شمار انبار کو جلا دیتی ہے اسیطرح سے جسم کا ایک چہوٹا سا ٹکڑہ زبان بے شمار طوفان پیدا کر دیتی ہے +

بس زبان کو ہمیشہ قابو مین رکہنے کی کوشش کرتے رہنا چاہئے۔ ناموزون اور بے محل مذاق یا فحش باتین کرتے رہنے سے زبان بہی گندی ہوتی ہے اور من بہی میلا ہوجاتا ہے +

نہ تو زبان مثل کانٹون کی جہاڑی کے ہو کہ جو پاس سے گزرے اُسکے دامن کو ضرر پہونچے۔ نہ مثل سوکہے درخت کے ہو کہ جس سے کیسکو فیض نہ پہونچ سکے بلکہ گنجان اور میٹہے پہل اور خوشبو دار سایہ دار اور خوشنما درخت کیطرح ہونی چاہئے جس سے ہر ایک کو کچھہ نہ کچھہ فائدہ ضرور حاصل ہو سکے +

سُنی ہوئی بات کو اپنے مشاہدہ کے طور پر دوسرون سے نہ کہنا چاہئے ممکن ہے کہ جس سے تم نے اُس بات کو سُنا۔ یا جس نے کسی دوسرے سے اُسکو سُنا اُنہین سے کسی نے خاص وجوہات کے سبب کچھہ جہوٹ کی آمیزش کر دی ہو +

ذو معنی یا بے فائدہ گفتگو کرنے کی عادت نہ ڈالنی چاہیئے - جہان صاف صاف گفتگو کرنے کا موقع ہو وہان خاموشی اختیار کرنی مناسب ہے *

دشمن ہو یا دوست اُسکی بابت یا اُس سے دوسرون کی پرائیوٹ زندگی یعنے نج کی باتون کی بابت گفتگو کرنا مناسب نہین ہے - اِسیطرح جہانتک ممکن ہو کسی کا راز بہی افشا نہ کرنا چاہیئے *

عزت اور بے عزتی زبان پر ہے - تلوار کا زخم بہر جاتا ہے مگر زبان کا زخم نہین بہرتا - اِسلیئے پہلے اچہی طرح بات کو من مین تول کر پہر منہ سے بولنا چاہیئے *

(۴) ناک - یہی قوت پہولون کی خوشبو اور گندگی کی بدبو کا اثر من پر پہونچا کر راحت یا نفرت پیدا کرتی ہے - زیادہ عرصہ تک بہت تیز خوشبو یا بدبو کے سونگہنے سے یہ قوت کمزور ہوجاتی ہے - چنانچہ عطر فروشون اور خاکروبون کو اپنے پاس کی خوشبودار یا بدبودار چیزون کی معمولی طور پر خوشبو یا بدبو آنی بند ہوجاتی ہے - جسکے سبب لاعلمی مین عرصہ تک بدبو کا اثر ناک مین پہونچنے سے من متنفر اور میلا ہوجاتا ہے - پس زیادہ تیز خوشبودار یا بدبودار چیزون کے سونگہنے سے خصوصاً بار بار اور عرصہ تک سونگہنے یا تنفس کرنے سے ہمیشہ پرہیز کرنا لازم ہے اسیطرح بدبو والی کہانے پینے کی چیز ولینے بہی احتیاط لازم ہے *

(۵) تچا - تچا یا قوت لامسہ سارے شریر کی رکہشا کرنے کے واسطے ہے - اِسیوجہ سے اِسکا کوئی خاص استہان نہین ہے بلکہ سارے جسم کی کہلڑی اسکا آلہ ہے البتہ ہاتہون مین اِسکی قوت کا ظہور بہ نسبت دوسرے مقامات کے قدرے زیادہ ہے *

جیسے یہ قوت سارے جسم سے تعلق رکہتی ہے ایسے ہی اِسکی طاقت بہی بہ نسبت دیگر اندریون کے زیادہ دائرہ گہیرے ہوئے ہے - مثلاً سختی نرمی کا معلوم کرنا - گرمی سردی کا معلوم کرنا ہمواری ناہمواری کا معلوم کرنا وغیرہ وغیرہ اِسی اندری سے تمیز ہونا ممکن ہے *

جسم کے جس حصہ کو زیادہ عرصہ تک زیادہ گرمی یا سردی مین یا بے حرکت یا میلا رکہا جاتا ہے اُس حصہ سے اِس قوت کا زور کم ہونے لگتا ہے اور اُسکے ابہاؤ سے من جو سارے جسم کی حفاظت اور پرورش کرتا رہتا ہے - اُس حصہ کی حفاظت و پرورش بہت کم یا بالکل نہین کرسکتا ہے *

جب کبھی اندریان اچھے راستہ کو چھوڑکر بُرے راستہ کیطرف چلین یا چلنے کیواسطے ضد کرین تو بجائے کرودہ درشٹی یا تاڑنا کرنے کے نہایت دہیرج اور تحمل کے ساتھہ اُنکو روکنے کی کوشش کرنی مناسب ہے +

اندریون کو قابو مین رکھنے کے واسطے یہ بہی ضروری ہے کہ معدہ کو نیم مین رکھا جاوے - کہانے پینے مین بے اعتدالی نہ کرنی چاہیے - عمدہ خوراک کا لالچ کرنا یا اُسکو بے صبری اور بے اعتدالی سے کہانا ہرگز مناسب نہین +

جیسے زیادہ کہانے پینے سے جسمانی صحت بگڑجاتی ہے اسیطرح من اور اندریان بہی سُست ہوجاتی ہین اور اُنکو بُری خواہشات اور جذبے گہیرے رکھتے ہین +

اگر جسم کو ضرورت سے زیادہ خوراک دیجاوے تو تجربہ سے دیکھا جاتا ہے کہ بہت سی بیماریان زیادہ کہانے سے ہی پیدا ہوتی ہین - اور اگر کم خوراک دیجاوے تو گویا اپنے ہی گہوڑے کو ناکارہ بناتا ہے -

عام آدمی اپنے بلا سوچے سمجھے ہوئے خیالات و افعال سے ثابت کرتے ہین کہ اُنہون نے یہ سمجھہ رکھا ہے کہ جسطرح سے چاہین وہ تن اور من سے کام لے سکتے ہین - اور جب سرشٹی نیم سے دُور وہ چلنے کے سبب اُنکو کچھہ تکلیف ہوتی ہے تو اُسکو پراربدہ یعنے تقدیر سے منسوب کردیتے ہین - یہ نہین جانتے کہ اُنکی اپنی بے اعتدالی - غفلت اور غلطی سے وہ تکلیف پیدا ہوئی - جسکا خراب نتیجہ جو کچھہ اُن پر - اُنکی اولاد پر اور دیگر آدمیون پر پڑتا ہے اُسکے خطاوار اور ذمہ وار وہ خود ہین +

کوئی خیال اور کام آدمی کا ایسا نہین ہوتا ہے جس سے بے شمار نتائج نہ پیدا ہوتے ہون - اور بے شمار آدمیون پر اُنکا اثر نہ پڑتا ہو +

غور سے دیکھا جاوے تو تمام انسان وحیوان بلکہ تمام ذی روح اور غیر ذی روح اشیاء ایک ہی سلسلہ مین وابستہ ہین سب ایک دوسرے کے محتاج ہین - بس ہر ایک شخص اپنے نیک و بد خیالات و اعمال سے دنیا بہر کی نیکی اور بدی کی تعداد مین کچھہ نہ کچھہ اضافہ کردیتا ہے +

اگلون کے قول و فعل کا اثر موجودہ نسل پر پڑ رہا ہے اور موجودہ نسل کا اثر آیندہ آنیوالی قوم پر ضرور ہی پڑیگا - گویا ساری گزشتہ نسلین ایک دوسرے کے دوش

بدو شس سلسلہ وار کہڑی ہوئی ہین اور موجودہ نسلین اپنے سنسکار اور کرم کے چکر کو یعنے خیالات و افعال کے سلسلہ کو مع اُنکے اچہے یا بُرے نتیجون کے آیندہ آنیوالی نسلون کے سپرد کرونگے - اِس تمام سلسلہ کو غور سے سوچ سمجہکر ہر ایک شخص کو اپنی جوابدہی کا پورا خیال رکہنا چاہئے - اور ضرور بالضرور من کو شدہ اور اندریون کو قابو مین رکہنا چاہئے *

**من کی ترقی کے وسائل** جسطرح سے جسمانی صحت کو قائم رکہنے اور بیماریون سے بچنے کے واسطے شاریرک دہرم کا انگہ سادہن ویایام ہے - اِسیطرح من کی طاقتون کو بڑہانے اور اُسکو پرسن یعنے خوش رکہنے کا ذریعہ اور مانسک دہرم کا انگہ سادہن برہمچرج ہے - بہت سے آدمی خصوصاً ہندوستان کے سادہو وغیرہ من کو شُدہ اور اندریون کو قابو کرنا ہی کافی سمجہتے ہین اور جب ایسا کرنے مین اُنکو کسیقدر بلکہ بہت سا آنند آتا ہے تو اُسی آنند مین مگن ہو جاتے ہین *

دراصل من کو شدہ اور اندریون کو قابو کرکے من کی بے شمار طاقتون کو بڑہانا چاہئے اور وہ صرف برہمچرج سے ہو سکتا ہے - اسیواسطے ہندوستان کے رشی من کو شُدہ اور اندریون کو قابو صرف اِسواسطے کرتے تہے کہ برہمچرج سیون کرین - کیونکہ برہمچرج جیسا مہان کٹہن سادہن بغیر من کے شدہ کرنے اور اندریون کو قابو کرنے کے شروع نہین کیا جا سکتا ہے *

برہمچرج سیون کرنے کے لئے نہایت شدہ استہان اور شدہ بہوجن اور شدہ وستر ہونے چاہیئین - تہوڑی سی اشدہتا ہی سے یہ برہمچرج فوراً کہنڈن ہو جاتا ہے - من بچن کرم سے خراب ویشون واسنا کی اچہا نہ کرتے ہوئے ودیا حاصل کرنے کو برہمچرج کہتے ہین جسکے آٹہہ انگ یعنے حصے کہے گئے ہین - خراب صحبت - خراب گفتگو - خراب خیالات - خراب کُتب کا پڑہنا یا سُننا - خراب راگ کا گانا یا سُننا - ایکانت یعنی یا غیر معمولی وقت مین - مردون کو عورتون یا عورتون کو مردون سے ملنا - اُنکے اویوون یعنے اعضائے جسم کو غور کرکے بُری نظر سے دیکہنا - یا کسی نامناسب طرح سے ویرج کو ضائع کرنا - اِن آٹہہ باتون سے پرہیز کرتے ہوئے عمدہ عمدہ علوم و فنون کو پوری توجہ دیکر پڑہنے کو اکہنڈنی برہمچرج کہتے ہین *

پرشن - کیا کیا علوم و فنون اور کس سلسلہ سے حاصل کرنے چاہیئیں *

اوتر - سب سے پہلے کچھ درجہ تک سامان ودیا یعنے جنرل ایجوکیشن حاصل کرنی چاہیے اُسکے ساتھہ ساتھہ ہی جسمانی صحت اور اخلاقی تعلیم کے اصول بھی معلوم کرنے اور عمل مین لانے چاہیئین اسکے بعد جس پیشہ کی رغبت اور قابلیت ہو اُسکے متعلق کی ودیا حاصل کرنی چاہیے - پیشہ کے متعلق مفصل ذکر گرہست دھرم مین کیا گیا ہے -

زمیندار ہو تو فن زراعت کی تعلیم حاصل کرے - بیوپار کرنے کا شوق ہو تو علم ہندسہ جس سے حساب کتاب مین سہولیت ہو - اور علم طبعی یعنے جغرافیہ وغیرہ جس سے دُنیا بھر کی پیداواری و نرخ اجناس وغیرہ معلوم ہو حاصل کرے - دھرم کیطرف رغبت ہو تو مختلف مذاہب کے اصول کی ماہیت معلوم کرے - مذہب کے متعلق جسقدر شک و شبہ ہون اُنکو مہاتماؤن کے ست سنگ سے رفع کرے - اور بہرمن کی صفائی اور وچار شکتی کے وردہی کے لئے یوگ ودیا حاصل کرے - طبیعت مین بہادری ہو تو دھنیرودیا یعنے فن سپہ گری جسکا کچھہ انگ اشو ودیا یعنے اگنی ودیا ہے سیکھے جسکے ذریعہ اپنی اور اپنے ملک کی حفاظت کر سکے -

پرشن - مذکورہ بالا علوم و فنون کس زبان مین سیکھنے چاہیئین ؟

اوتر - جس زبان مین عمدہ طرح حاصل ہو سکین البتہ اگر ماتری بھاشا مین یعنے جس زبان کو جو شخص پیدا ہونے سے بولنا شروع کرتا ہے - ساری ودیا حاصل ہو سکے تو تھوڑے وقت مین اور آسانی سے ساری ودیا پڑھی جانی ممکن ہے *

جو آدمی ماتری بھاشا کے علاوہ راج بھاشا وغیرہ دوسری زبانون کے ذریعہ کوئی ودیا حاصل کرے اُسکا فرض ہے کہ تعلیم سے فرصت پانے کے بعد جو کچھ غیر زبانون کے ذریعہ حاصل کیا ہو اُسکو عام فہم طور پر اپنی ماتری بھاشا مین ترجمہ کرنے کی کوشش کرے تاکہ جو وقت اور محنت غیر زبان سیکھنے مین اُسکو لگانی پڑے - اُسکا فائدہ اُن غیر زبانون کے نہ جاننے والون کو بھی کچھ پہنچ جاوے *

خوش قسمت ہین وہ ملک اور قومین جنکی ماتری بھاشا - راج بھاشا - مذہب و اخلاقی تعلیم کی بھاشا ایک ہی ہے - ایسی ہی قومین ترقی کے میدان مین سب سے آگے قدم رکھہ سکتی ہین *

روایت ہے کہ ہندوستان کے چند رشیون بہرگو - انگرا - وسشٹہ - کشیپ
پلست - اگست - گوتم وغیرہ نے بہت عرصہ تک غور و فکر کرنے کے بعد متفق الراے
پر نشچت یعنے تحقیق کیا کہ سب دہرمون مین ادتم دہرم برہمچرج ہے - کیونکہ جو شخص
برہمچرج دہارن کرتا ہے اُسکو پورن آیو یعنے عمر طبعی حاصل ہوتی ہے - بڑہاپا جلدی نہین
آتا - تیج بڑہتا ہے - ہمت - دلیری - مستقل مزاجی وغیرہ عمدہ صفات پیدا ہوتی ہین
من ہر وقت مگن رہتا ہے - پس مذکورہ بالا رشیون نے برہمچرج کا ہی اپدیش دینا
یعنے اختیار کیا - جس اپدیش کے سبب پراچین سمے مین یہ ایک عام رواج ہو گیا
تہا کہ لڑکے ۲۵ - ۳۶ - اور ۴۸ برس تک کا برہمچرج اور لڑکی ۱۶ - ۱۸ - اور
۲۴ برس تک کا برہمچرج سیون کرنے کی کوشش کیا کرتے تہے جسکا نام کنشٹ - مدہیم
اور ادتم یعنے ادنی درجہ - اوسط درجہ - اور اعلی درجہ کا برہمچرج کہا جاتا تہا - اس برہمچرج
سیون کے سبب اُنکا شریر ارو گ - اندریان - بلوان اور من نرمل رہتا تہا ۔

اُس زمانہ مین یہ بہی دستور تہا کہ سات برس کی عمر سے لڑکے اپنے گرو کے استہان
کی پاٹ شالا مین اور لڑکیان کنیا شالا مین - شہر سے علیحدہ اور فاصلہ پر - دنیا کی ساری
خواہشات سے پرتہک یعنی علیحدہ رہتے ہوئے پوری توجہ کے ساتہہ ودیا پڑہا کرتے
تہے

لڑکیون کی شالا مین کوئی مرد یا لڑکا یا بدچلن اور مشتبہ چال وچلن والی استری نہین
جا سکتی تہی اور اس وجہ سے لڑکیون کی توجہ ودیشون کیطرف کسیطرح پر نہین جا سکتی تہی
لڑکون کی نگرانی کا یہ انتظام تہا کہ بلا اجازت گرو کے یا ان تک کوئی لڑکا کہیں
نہین جا سکتا تہا - وقتاً فوقتاً اُنکے برہمچرج کی پریکشا کیجاتی تہی اور اگر بلا کسی خاص وجہ
کے کوئی کوتاہی معلوم ہوتی تہی تو مناسب تنبیہ کیجاتی تہی

ہر پورن ماشی اور اماوس کو سارے برہمچاریون کو ایک جگہہ برہمچرج کے لحاظ سے
درجے مقرر کر کے بٹہایا جاتا تہا اور ویرج کی رکہشا کے آنند اور ناش کے دکہہ موثر الفاظ
مین بتلائے جاتے تہے - اُنکو اچہی طرح ذہن نشین کرایا جاتا تہا کہ جسم مین جسقدر زیادہ
اور پشٹ ویرج رہتا ہے اُسیقدر جسم مین طاقت اور صحت اور من مین ہمت و دلیری
وغیرہ صفات پیدا ہو کر نہایت خوشی حاصل رہتی ہے ؛

جسکے شریر مین ویریج اصلی حالت پر نہین رہتا ہے وہ نپنسک یعنی نامرد اور دہاتو کشنی یعنی بدافعال ہوجاتا ہے اُسکو پرمیہ روگ یعنے جریان کا عارضہ لاحق ہوکر دُربل۔ نِس تیج اور بیرا ونسا ہی کر دیتا ہے - وہ ویریج - ساہتس بل - پراکرم آدمی گنون سے رہت ہوکر ہمیشہ ذلیل و پشیمان رہتا ہے اور عموماً جلدی نشٹ ہوجاتا ہے - جو کوئی لڑکپن کی عمر مین علم کے حاصل کرنے اور ویریج کی رکہشا مین کوتاہی کرتا ہے وہ زندگی بہر ہاتہہ ملتا رہتا ہے - اور لڑکپن کے سمے کو یاد کرکے اور اُسکو ضائع کرنے پر افسوس کرکے روتا رہتا ہے *

روایت ہے کہ لنکا کے راجہ راون کا لڑکا میگہناتہہ نام بڑا زبردست تہا اُسکی نسبت کہا جاتا تہا کہ دنیا بہر مین کوئی شخص سوائے اُسکے جس نے بارہ برس برہمچریہ سیون کیا ہو اُسکو نہین مار سکتا تہا - جب مہاراجہ رامچندر جی نے لنکا پر چڑہائی کی تو میگہناتہہ نے اُنکی فوج کو بہت نقصان پہونچایا - لیکن آخر مین لچہمن جی نے سبب اُسکے کہ بن باس کیحالت مین چودہ برس برہمچریہ سیون کیا تہا اُس پر فتح پائی *

لچہمن جی کیطرح ہر ایک شخص جس نے کافی عرصہ تک برہمچریہ سیون کیا ہو بڑے بڑے طاقتور دشمنون پر فتحیاب ہو سکتا ہے *

پرشن - وہ اشخاص جو برہمچریہ کی مہانتا جانتے ہوئے ویریج کو ضائع کرکے اور دوا کی تدبیر اپت ہونے سے زندگی کے اصلی مزون سے محروم ہوگئے ہین وہ اپنی موجودہ شکت حالت مین برہمچریہ سیون کر سکتے ہین یا نہین ؟

اُوتر - کر سکتے ہین - البتہ جسقدر زیادہ عرصہ تک اور زیادہ بے اعتدالی سے برہمچریہ کے نیم کو توڑا ہوگا - اُسیقدر زیادہ محنت اور زیادہ عرصہ مین برہمچریہ سیون کرنے کی طاقت حاصل ہونی ممکن ہے - ایسے آدمیون کو مناسب ہے کہ شروع مین یہ نیم کرین کہ آٹہہ روز تک من بچن کرم سے برہمچریہ سیون کیا جاوے - پہر تہ روز تک اُسکے بعد مہینون اور برسون تک اِس نیم کو بڑہاتے چلے جاوین - جیسے جیسے زیادہ وقت بڑہایا جاویگا ویسے ویسے زیادہ سہولیت ہوتی جاویگی - تاہم جب کبھی کوئی خاص دقتین پیش آجاوین تو برہمچریہ سیون کئے ہوئے عالم باعمل سے ہدایت پوچہنا چاہئیے *

پرشن - ہندوستان کے رشیوں کے زمانہ کیطرح ساری قوم میں برہمچرج کا نام پھر کس طرح سے پھیل سکتا ہے ؟

اوتر - جب چند آدمی نمونہ کے طور پر برہمچرج سیون کرنیوالے ظاہر ہوں - یا جب سا جک اونتی کے دوسرہ وار اشخاص - جنکا ذکر سماجک دہرم میں مفصل مندرج ہے - عملی تدابیر برہمچرج سیون کی سوچیں اور اُنکو ساری قوم میں پھیلا دیں +

ہر ایک ترقی دنیا میں آہستہ آہستہ ہوا کرتی ہے - رشیوں نے بے شمار عرصہ تک نسلاً بعد نسلاً برہمچرج سیون میں ترقی کرتے ہوئے ۲۵ - ۳۶ اور ۴۸ برس کے تین پیمانے مقرر کئے تھے - اس وقت ہندوستان میں عرصہ دراز سے اخلاق کے بگڑنے - تعلیم کے کم ہونے اور چھوٹی عمر میں شادی وغیرہ کے ہونے کے سبب برہمچرج کا طریقہ شکست ہو گیا ہے - پس اُسکے دوبارہ سرسبز کرنے کے واسطے درجہ بدرجہ ترقی کرنے سے کامیابی ہو سکتی ہے +

شروع میں ۱۵ - ۱۸ اور ۲۰ برس کے تین پیمانے برہمچرج سیون کے رکھے جاویں - تعلیمگاہوں خصوصاً قومی مدارس میں وقتاً فوقتاً برہمچرج سیون کے فوائد اور اوسکے نقصانات پر اوپدیش ہوا کرے - اور ہر ماہ میں لڑکوں کی برہمچرج کی پریکشا یعنے آزمائش کیجاوے - اور کامیاب طلباء کی حوصلہ افزائی اور ناکامیاب یا مشتبہ طلباء کو مناسب تنبیہ کیجاوے +

پرشن - پریکشا کس طرح سے ہونی چاہئے ؟

اوتر - دوپاکی پریکشا تو مروجہ طریقہ کے موافق ہی مناسب کمی بیشی کے ساتھہ ہونی چاہئے اور برہمچرج کی پریکشا کے واسطے برہمچرج سیون کئے ہوئے ہوشیار آدمی نگرانی کے واسطے منتخب کئے جاویں - وہ ہر مہینے سارے برہمچاریوں کے چہرہ کو غور سے معاینہ کریں - ہر مہینے اُنکا بدن وزن کیا جاوے - اور ایک فیتہ سے اُنکی چھاتی کو ناپا جاوے

ہندوستان کے رشی برہمچرج رکھشا کی پریکشا بذریعہ ایک سوت کے دھاگے کے کیا کرتے تھے جسکو اصطلاح میں جنیو کہتے ہیں اور جو اسوقت تک برہمچاریوں کا ایک مذہبی چن یعنے نشانی سمجھا جاتا ہے - گو اُس سے اصلی فائدہ لینے کی بجائے اسوقت ایک بے فائدہ چیز یا کنجیاں وغیرہ باندہنے کا ذریعہ بنایا ہوا ہے - رشی لوگ یگیوپویت

سنسکار کے سمے یعنے جنیو پہنانے کے وقت برہمچاری سے کہا کرتے تھے کہ یہ جنیو تجھکو
بُدھی بل پراکرم اور سارے دنیاوی سُکھہ دینے کا باعث ہو چنانچہ اسوقت تک بھی
جنیو دھارن کرنے کے وقت ایک وید منتر پڑھا جاتا ہے جسکا مطلب یہی ہے جسکا
اوپر ذکر ہوا - جنیو کے دھاگہ سے دونو چھاتی ناپ کر پیشانی سے گُدّی تک سر کو
ناپا جاتا تھا - یہ پریکشا پُرانے پنڈت اب بھی کہین کہین کیا کرتے ہین *

جو طالبعلم ۲۰ برس روز تک ہر مہینے کی پریکشا مین ٹھیک اُترتے رہین اُنکو خاص پریچ
رکھشا کے عوض مین عمدہ انعام اخلاقی کُتب اور وظیفون کی شکل مین دینا چاہیے اور جو
طالبعلم سال بھر تک ہر آزمایش مین مشتبہ یا ناکامیاب ثابت ہون اُنکو اِس قسم کی سزا
ہونی چاہیے جس سے دوسرون کو عبرت ہو *

جب ۱۵ - ۱۸ - اور ۲۰ برس کے پیمانے برہمچریہ مین کامیاب لڑکون کی تعداد
زیادہ بڑھنے لگے تب پیمانہ مذکور کو زیادہ بڑھاتے جانا چاہیے جیسے جیسے پیمانہ بڑھتا
جاویگا ویسے ویسے بیچ - باہمت - اور جاہ و جلال کے آدمیون کی تعداد بڑھتی
جاویگی *

لڑکون کے برہمچریہ کا اِس طرح سے انتظام کرتے ہوئے لڑکیون کے واسطے بھی
پہلے ۱۲ - ۱۴ - اور ۱۶ - برس کا پیمانہ مقرر ہونا چاہیے - اُنکی نگرانی اور حفاظت
اِس طرح سے ہونی چاہیے کہ بدچلن عورتون کی صحبت اور فحش گفتگو اور راگون سے
اُنکے کان محفوظ رہین مذہبی اور اخلاقی کتب کے مطالعہ اور انتظام خانہ داری مین
اُنکی توجہ مصروف رہے اور مذہبی و اخلاقی کُتب مین ہی اُنکا امتحان لیکر مناسب
عوصلہ افزائی کیجاوے *

جب جب لڑکون کے برہمچریہ کا پیمانہ بڑھایا جاوے تب تب ہی اُسی اندازہ سے لڑکیون
کے برہمچریہ کے پیمانہ کو بھی بڑھانا چاہیے - اور شادی کے وقت لڑکے اور لڑکی کے
گُن کرم اور سبھاؤ کی تحقیقات کرتے ہوئے اُنکے برہمچریہ سیون کی تحقیقات کرنی بھی
مناسب ہے - اور حتی المقدور جس مردانہ درجہ کا برہمچریہ لڑکے نے سیون کیا ہو اُس کے
مقابلہ کے زنانہ درجہ کا برہمچریہ سیون کی ہوئی لڑکی کی اُس سے شادی کرنے کی
کوشش ہونی چاہیے *

اسطرح سے ساری قوم مین رشیون کے زمانہ کیطرح برہمچرج کا رواج ہونا ممکن ہے
برہمچرج کا رواج پھیلانا اور اسکو ترقی دینا ایک اعلی درجہ کی اور بنیادی اصلاح ہے۔ جب
برہمچرج سیون کئے ہوئے لڑکے لڑکیون کی صحت مند اور تیجسوی سنتان پیدا ہوگی تو
وہ باقی ساری اصلاحین خود کر لیگی ؛
جس خاندان مین متواتر چند نسلون تک برہمچرج کا رواج ترقی پذیر ہوتا رہیگا
اُس خاندان مین گارگی اور لیلاوتی جیسی وودان استریان اور بھیم وارجن جیسے
جودہ لڑکے۔ شنکر و چانک جیسے عقلمند اور ویاس وسکھدیو جیسے ریشی اوتش پیدا ہونے
لگینگے ؛
جسطرح شاریرک دہرم پالن کرنے سے جسم اور اُسکے ویگ اپنے آدہین ہونے
ممکن ہین اسیطرح مانسک دہرم یعنی برہمچارج پالن کرنے سے من اور اندریان قابو مین
ہوجاتے ہین ؛
ست سنگ اور دیرج کی رکشا سے من اور اندریان پرووش اور پشٹ یعنی بےعیب
اور مضبوط ہوجاتی ہین اور وودیا کے پڑہنے سے من اسقدر ترقی کر لیتا ہے کہ سوآدہیائے
یعنی اپنے آپ آنیوالی وودیا حاصل ہونے لگتی ہے۔ مطلب یہ ہیکہ برہمچاری کا ذہن
اسقدر کہل جاتا ہے کہ جس پدارتہہ پر غور کی نظر ڈالے اور جس بات کو من دیکر سوچے اُس
کی ماہیت معلوم ہوجاتی ہے ؛
شاریرک اور مانسک دہرمون کو پالن کرتے ہوئے برہمچاری کو آتمک دہرم
یعنی فرائض روحانی کیطرف بھی توجہ دینی چاہئے جسکا ذکر اگلے حصہ آتمک دہرم مین کیاگیا ہے

# آتمک دہرم

یعنے

# فرایض روحانی

**آتمک دہرم کی ودیا کہیا یعنے تشریح**

شاریرک دہرم اور مانسک دہرم کو پابن کرتے ہوئے خصوصاً جب شاریرک دہرم کے مکہہ انگ ویایام یعنے ورزش جسمانی اور مانسک دہرم کے مکہہ انگ برہمچرج یعنے ویرج کی رکہشا کرتے ہوئے ودیا کا حاصل کرنا عمدہ طرح استعمال کیا جاتا ہے تب جسمانی اور اخلاقی صحت اچھی ہوکر بہت سی سوکہشم شکتیاں یعنے لطیف طاقتیں پرگٹ یعنے ظاہر ہوتی ہیں مثلاً سوچنے کی طاقت۔ بحث کرنیکی طاقت۔ مقابلہ کرنیکی طاقت۔ انصاف کرنیکی طاقت وغیرہ وغیرہ اور اونکے ذریعہ انوبہو ہوتا ہے یعنے اندازاً معلوم ہوتا ہے کہ ان سب طاقتوں سے پرے یعنے جسم حواسوں۔ من اور بدہی وغیرہ سے پرے ایک طاقت ہے جو ان سب طاقتوں کو سہارا دے رہی ہے جسکو جیو آتما یعنے روح کہتے ہیں۔

جسقدر مذکورہ بالا طاقتوں کا جیو آتما سے زیادہ گہرا سبندہ یعنے تعلق رہتا ہے اوسیقدر وہ طاقتیں زیادہ تیز اور لطیف ہوتی ہیں۔ اس تعلق کے پیدا کرنے اور بڑہانے کو آتمک دہرم یعنے فرایض روحانی سمجہنا چاہیے۔ جنکا مختصر ذکر اسجگہ کیا جاتا ہے اور مفصل ذکر پارلوکک دہرم میں کیا جاویگا۔

**جیو آتما کی ودیا کہیا** من۔ بدہ۔ چت اور اہنکار کے سبندہ سے ایک سوکہشم چیتن شکتی جسم میں موجود ہے اوسی کو جیو آتما کہتے ہیں پرکرتی یعنے مادہ کے سب سے سوکہشم انگ کو جب اوسمیں سنکلپ ہوتا ہے تب من کہتے ہیں۔ جب چنتون ہوتا ہے تب چت کہتے ہیں۔ جب وویک اوپتن ہوتا ہے تب بدہی کہتے ہیں اور جب ممتا پیدا ہوتی ہے تب اہنکار کہتے ہیں۔ ان

چاروں کا مجموعہ نام انتہ کرن ہے۔ جسکا یہ انتہ کرن ہے اوسکو جیو آتما کہتے ہیں ؛

ایک مہاتما جیو آتما کی ویاکہیا اسطرح کرتے ہیں کہ جسمیں اِچھا۔ راگ۔ دویش۔ پرشارتہہ۔ سکہہ۔ دکہہ ہو ایک دوسرے مہاتما جیو آتما کی اسطرح ویاکہیا کرتے ہیں کہ کام۔ سنکلپ۔ وبکلپ۔ وچکتسا۔ شردہا۔ اشردہا۔ دہرتی۔ ادہرتی۔ ہری۔ دہی۔ بہی۔ اتی آدک گنوں والی وستو کا نام جیو آتما ہے ؛

عمدہ صفات کے حاصل کرنیکی خواہش کو سنکلپ اور بُری عادات کے چھوڑنے کی خواہش کو ویکلپ کہتے ہیں۔ سوچ سوچ کر اچھے کاموں کو ہی کرنا اور بُروں سے پرہیز کرنا اسکا نام کام ہے۔ جو کام کرنا ہو اوسکے سارے پہلوں پر غور کرکے اچھی طرح یقین کرلیناکہ اوسمیں کچھ بُرائی نہیں ہے اسکو وچکتسا کہتے ہیں۔ کسی کام کو نہایت اعتقاد کے ساتھ کرنے کو شردہا اور اس سے برخلاف کو اشردہا کہتے ہیں۔ فرض ادا کرنے میں خواہ تکلیف ہو خواہ آرام۔ خواہ فایدہ ہو خواہ نقصان اوسکو تحمل کے ساتھ برداشت کرنیکو دہرتی کہتے ہیں اور اسکے برخلاف ادہرتی۔ عادات وغیرہ کے بس میں ہو کر کسی بُرے کام کے کرتے وقت یا اچھے کام سے گریز کرتے وقت اگر من کو شرم دلائی جاوے اور ملامت کیجاوے اوسکو ہری کہتے ہیں اچھے کاموں کو فوراً قبول اور ادا کرنیوالی طاقت کو دہی کہتے ہیں۔ ایسے کاموں کو فرض سمجھکر کرنا اور بُروں سے ہر وقت ڈرتے رہنا اسکو بہی کہتے ہیں۔

بُدہی یعنے عقل کو جیو آتما کا وزیر سمجھنا چاہئے کیونکہ جیو آتما سے جو ہدایات ملتی ہیں وہ بدہی کے ذریعہ ہی نتیجے ہوتی ہیں جیسے جیسے بدہی کا تعلق جیو آتما سے زیادہ ہوتا جاتا ہے ویسے ویسے اوسکو جیو آتما کیطرف سے ہدایات ملتی ہیں اور جسقدر شردہا سے اون ہدایات کی تعمیل کیجاتی ہے اوسیقدر وہ زیادہ واضح طور پر ملتی ہیں

اور بُدہی ساتوک اور زیادہ لطیف ہوتی جاتی ہے اون لطیف درجوں کو
ہندوستان کے ریشیوں نے رتنبھرا۔ پرگیا وغیرہ نام سے منسوب
کیا ہے۔ اون درجوں کے حاصل ہونے سے ہی اونہوں نے بڑے
بڑے اعلےٰ درجہ کی مذہبی سچائیاں معلوم کی ہیں۔ لیکن جب بُدہی
جیو آتما کی ہدایات کی تعمیل نہیں کرتی تو ہدایات ملنی بند ہوجاتی ہیں اور
وہ بہت کمزور ہوجاتی ہے۔ اسیطرح من جب بُدہی کے ساتھ
رہتا ہے تب زیادہ منور اور طاقتور ہوتا ہے اور جب اندریوں کے
ساتھ ملتا ہے تب خواہشات نفسانی میں پھنسکر کمزور ہوجاتا ہے

**آتمک دہرم کی ترقی کے وسایل**

(۱) عام طریقہ یہ ہے کہ سارے ابھمانوں یعنے غروروں
کو تیاگ کرنا چاہیے۔ مثلاً دولت کا غرور۔ علم کا غرور۔
عقل کا غرور۔ طاقت کا غرور۔ خاندان کا غرور وغیرہ وغیرہ۔ پھر کوشش
کے ساتھ پریکشا کرکے کسی عالم باعمل آتم ودیا یعنے علم روحانی کو جاننے
والے شخص کو گرو کر کے نہایت غور و فکر و دل کی یکسوئی کے ساتھ آتم
ودیا پڑہنی چاہیے اور اوس ودیا کو علم الیقین۔ عین الیقین اور حق الیقین
کے درجوں تک پہنچانا چاہیے۔ یعنے پہلے یہ معلوم کرنا چاہیے کہ روح
جسم سے علیحدہ ہے۔ جاگرت اوستہا میں روح آنکھ کان وغیرہ کہڑکیوں
میں بیٹھ کر سارا بیوہار کرتی ہے۔ سُپن اوستہا میں اندریاں شانت ہوجاتی
ہیں اوسوقت من کے ساتھ تعلق رہتا ہے۔ سکھوپتی اوستہا میں یعنے گاڑہی
نیند میں جب خواب بھی دکہلائی نہیں دیتا اوسوقت بھی آتما اوس اوستہا کو جانتی
ہے کیونکہ اوس نیند سے جاگنے پر یہ کہا جاتا ہے کہ بڑی گہری نیند آئی گو اوس حالت
کی کچھ خبر نہیں ہوتی اور اسیواسطے کہا گیا ہے۔ کہ آتما گیانت اور اگیانت دونوں
کا جاننے والا ہے۔ تریا اوستہا میں روح جسم کے سارے غلافوں سے علیحدہ
ہوتی ہے اسوجہ سے اوسمیں نہایت آنند یعنے سرور معلوم ہوتا ہے۔
اسی واسطے آتما کو ست چت آنند کہا ہے یعنے ست
اسواسطے کہ وہ ہر اوستہا میں موجود رہتی ہے چت اس

واسطے کہ وہ سب اوسنہاؤں کو جانتی ہے اور آنند اسواسطے کہ وہ ہرک شوک سے رہت دائمی سرور کا بھنڈار ہے۔ ان سب باتوں کو جاننی کو علم الیقین کہتے ہیں اور یہ گرو کے ذریعہ حاصل ہونا ممکن ہے۔ اوس علم پر عقل کے ذریعہ اعتقاد کرنے کو حق الیقین کہتے ہیں اور گیان چکشو کے ذریعہ اپنے انتر پرتکش کرنیکو عین الیقین کہتے ہیں اور یہ درجہ ملنے پر جیسے کنول کا پہول پانی میں رہنے سے بھی نرلیپ ہی رہتا ہے اور جیسے زبان چکنائی کہانے سے بھی چکنی نہیں ہوتی انسان دنیا میں رہتے ہوئے بھی دنیا کی تکالیف کے اثر سے موثر نہیں ہوتا۔ اور طرح طرح کے عملی طریقے دنیا میں نیکی پہیلنے کی ظاہر کرتا ہے *

(۲) ست سنگ شروتری اور برہم نشٹہی یعنے عالم باعمل مہاتماؤں کی صحبت یا اونکی بنائی ہوئی کتب کا پڑہنا دوسرا عمدہ ذریعہ آتمک اونتی کا ہے۔ اس سے منش کے تینوں تاپ یعنے آدہیاتمک آدہی بہوتک آدہی دیوک دور ہو جاتے ہیں۔ مہاتماؤں کی کتب پڑہنے سے یا اونکا اوپدیش سننے سے جو شنکا یعنے شبہہ پیدا ہو وہ اون سے پریتی اور نمرتا بہاؤ سے دریافت کرکے دور کرنا اوسکو شروَن کہتے ہیں۔ اوس پڑہے ہوئے یا سنے ہوئے اوپدیش کو غور و فکر کے ساتھ سوچنا اور اوسپر عمل کرنا اسکو منن کہتے ہیں۔ عمل کرنے سے جو ساکشات کار ہو یعنے جو نتیجہ ظہور میں آویں اور تازہ بتازہ خیالات پیدا ہوں اونکو ندہیاسن کہتے ہیں ان تینوں سادہنوں کو باقاعدہ استعمال کرنے اور اون سے ٹہیک ٹہیک فایدہ اوٹہانے کو ست سنگ کہتے ہیں۔ رام چندر جی نے جو وشسٹ جی کے ست سنگ سے فایدہ اوٹہایا۔ جو آتمک شکتی حاصل کی جسکے ذریعہ سوئمبر میں بڑے بڑے جودہاؤں کے سامنے سیتا جی کو بیاہ لیا۔ اور راون جیسے مہابلی کو جے کیا۔ ارجن نے جو سری کرشن جی کے ست سنگ سے آتمک بل حاصل کرکے مہابہارت کی لڑائی میں فتح حاصل کی ہندوستان کے باشندوں کو معلوم ہے۔ لیکن ست سنگ کی بدولت بڑے بڑے پاپی دہارمک بن گئے۔ اسکے ثبوت میں ایک دو مثال لکہی جانی مناسب معلوم ہوتی ہیں *

| مختصر حال والمیک جی | یہ شخص ہمیشہ رہزنی کرتا تہا۔ ایک مرتبہ وشسٹ جی |
|---|---|

مل گئے اونکو بھی لوٹتا اور مارنا چاہا۔ وشسٹ جی نے پوچھا کہ تو ایسا دشٹ کرم کیوں کرتا ہے والمیک جی نے جوابدیا کہ اپنے کنبے کو پالنے کے لئے۔ وشسٹ نے پھر پوچھا کہ جب اس دشٹ کرم کا پھل انیت دکھہ تجھکو ملے گا تو کیا او سوقت تیرے کنبے کے آدمی تیری سہایتا یا شرکت اختیار کرینگے۔ وشسٹ جی کا درشن اور اونکا بچن والمیک کے دل پر تیر کیطرح اثر کر گیا تاہم اوسنے اپنی دشٹ عادت کے بس ہوکر اونکو چھوڑنا نہ چاہا۔ آخر سوچنے کے بعد اونکو درخت سے باندہ کر اپنے رشتہ داروں کے پاس جاکر پوچھا کہ وہ اوسکے بُرے کرموں کے پھل بھوگنے میں شریک ہونگے یا نہیں۔ وہ سمجھے کہ شاید والمیک کے پیچھے دوڑ آرہی ہے اور وہ ہمکو بھی پکڑے گی۔ اس خیال سے نہایت سردمہری کے ساتھ ماباپ نے جوابدیا کہ جسطرح سے ہوسکا ہم نے تجھکو لڑکپن میں پرورش کیا اب جسطرح سے ہوسکے تیرے اوپر بھی فرض ہے کہ ہماری پرورش کرے لیکن ہم تیرے فعل کے ذمہ وار نہیں۔ بیوی نے کہا کہ جسطرح سے تیری پرورش تیرے ماباپ نے کی ہے اسیطرح سے تو ہماری پرورش کر۔ غرضیکہ ہر ایک رشتہ دار نے اپنی مدد کا استحقاق ظاہر کرکے اوسکے کرموں کے پھل سے بالکل بے تعلقی ظاہر کی۔ یہ گفتگو سنکر اور اونکی طرز گفتگو دیکھکر جیسے راکھہ دور ہونے سے اگنی کا تیج ظاہر ہوتا ہے اسیطرح سے والمیک کی آتمک شکتی روپی اگنی جو موہ روپی راکھہ سے ڈھکی ہوئی تھی چمک اوٹھی۔ وہ ریشی کے پاس آیا اونکو درخت سے کھول کر نہایت ادب اور عاجزی سے اپنا قصور معاف کرایا اور سچے دل سے اوپدیش کی درخواست کی۔ وشسٹ جی نے ہدایت کی کہ ایکانت سیون یعنے گوشہ نشینی اختیار کرکے رام رام جپا کرو۔ والمیک بجائے رام رام کے مرا مرا کہتا رہا۔ سب طرف سے دل کو ہٹا کر عرصہ تک ایک ہی لفظ کے بار بار اوچارن کرنے سے اوسکے جملہ سنکلپ رُک کر من پاک وصاف ہوگیا۔ رامائن جیسی کتاب بنانے کی لیاقت پیدا ہوگئی۔ غرضیکہ ایک چھن کے ست سنگ نے چنڈال سے مہرشی کی پدوی تک پہنچا دیا۔٭

٭ پرشن۔ آجکل جو سینکڑوں آدمی ست سنگ کرتے ہیں اور رام رام جپتے

ہیں یہ پدوی کیوں نہیں پاتے *

اونز۔ وہ عالم باعمل مہاتماؤں کی تلاش نہیں کرتے اور صرف ظاہر واری ہیں
مان بڑائی یا دولت وغیرہ کی خاطر رام رام کہتے رہتے ہیں۔ سچے دل۔ پوری نشٹھا
اور کوشش سے آتمک شکتی بڑہانے کے لئے جاپ نہیں کرتے ہیں۔ دراصل
یہ مطلب ہے کہ کوئی خاص شبد جو مختصر ہو اسقدر جلدی اور تیزی سے اوچارن
کیا جاوے کہ وہ چت کی ساری تموگنی اور رجوگنی برتیوں کو چاروں طرف سے
روک کر ساتوک برتی پیدا کرکے اوس شبد میں لگا دے اسوقت آہستہ آہستہ
جاپ کرنا چاہئے۔ بار بار ایسا کرنے سے من لطیف ہوجاتا ہے اور روشن ضمیری
پیدا ہوجاتی ہے۔ طریقہ جاپ کا یہ ہے کہ پہلے پانچ منٹ سے آدہے گھنٹہ تک
زبان سے جاپ کیا جاوے۔ پھر منہ بند کئے ہوئے زبان کو تالو سے حرکت
دیکر ورد کیا جاوے جب اسمیں بھی اچھی مشق ہوجاوے تب زبان کو بالکل معطل
کرکے صرف من کے ذریعہ جاپ کیا جاوے اسطرح سے نام کا جاپ جو کوئی کریگا
اوسکو والمیک کیطرح ضرور کامیابی ہوگی *

**مختصر ذکر ونہرداس** یہ شخص بڑا۔ شرابی اور عیاش تہا۔ رگناتہہ سوامی کے میلہ
پر معہ اپنی معشوقہ کے گنگا کے گیا۔ ہاں رامانج سوامی نے اوسکو دیکھا کہ ہزارہا آدمیوں
کے انبوہ میں اوس عورت پر چہتری کا سایہ مثل غلاموں کے کئے ہوئے پہر رہا ہے
اور سوائے اوس عورت کے کسی دوسری طرف خیال نہیں ہے اور نہ کسی کی شرم
وحیا ہے۔ سوامی موصوف نے اوسکا دل اسقدر یکسو دیکھ کر سوچا کہ اگر اسکا دل
عورت کی طرف سے پرماتما کیطرف لگ جاوے تو بہت اچھا ہو۔ چنانچہ اوسکو
مع اوسکی معشوقہ کے بلاکر مناسب اوپدیش کیا دونوں کے دل پر اثر ہوگیا۔ دونوں نے
اسقدر آتمک شکتی بڑہائیں کہ سوامی رامانج نے اونکو اپنے سب چیلوں پر فوق
دیا۔ اور جب جب اونکا امتحان کیا تو فی الحقیقت اونکو تیاگی سادہوں سے
بدرجہا عمدہ پایا۔ ایک کوی نے بہت ٹہیک کہا ہے کہ ایک گھڑی آدہی گھڑی
اور آدہی کی آدہ۔ دہا پونز ست سنگ سے کٹیں کوٹ اپرادہ جس طرح سے
کسی چیز کے رگڑنے سے اگنی پیدا ہوتی ہے اسیطرح سے ست سنگ

سے آتمک شکتیاں پرگٹ ہو جاتی ہیں۔ ست سنگ آتمک شکتیاں پرگٹ کرنیکے
لئے پروستی مارگ سمجھنا چاہئے۔
(۳) تیسرا ذریعہ آتمک اونتی کا ایکانت سیون یعنے گوشہ نشینی ہے اسکو اونتی مارگ سمجھنا چاہئے
اسکا طریقہ یہ ہے کہ پہلے کچھہ حصہ اپنے وقت کا ہر روز علیحدہ بیٹھنے میں صرف کیا جاوے اور اوسوقت
دنیاوی خیالات کو دل سے فراموش کرنیکی کوشش کیجاوے اگر کسی رمنیک استھان میں علیحدہ بیٹھنے
کا موقعہ ملے تو قدرت کا نظارہ غور کی نظر سے کرنا چاہئے اگر مکان کے کسی گوشہ میں علیحدہ بیٹھنا ہو تو
تو اپنی ہستی پر غور کرنا چاہئے یعنے میں کون ہوں کہاں سے آیا ہوں اور پھر چند روزہ زندگی کے بعد کہاں
جانا ہوگا وغیرہ وغیرہ اگر علیحدگی میں بیٹھ کر پچھلے سنسکاروں کو ہی روکا جاوے تب بھی بہت فایدہ
متصور ہے نئے سے نئے اور اعلی درجے کے خیالات پیدا ہونے لگتے ہیں جسقدر دنیا میں بڑے
بڑے نامور اشخاص گذرے ہیں وہ کچھہ نہ کچھہ بلکہ بہت کچھہ حصہ اپنے وقت کا گوشہ نشینی میں خرچ کیا
کرتے تھے مثال کے طور پر مہاتما بدھ جی کا ایک مختصر ذکر بتلایا جانا مناسب معلوم ہوتا ہے ان مہاتما
جی کا حال زیادہ تر ساماجک دھرم میں کیا جاویگا صرف ایک بات یہاں لکھی جاتی ہے وہ یہ ہے کہ چھہ
برس تک راج چھوڑ جنگل میں تپ کرنیسے انکا انتہ کرن شدہ ہوگیا تھا اور عقل نہایت ہی تیز ہوگئی تھی
انہوں نے ایک یہ اصول بھی قایم کیا تھا کہ جو کوئی بیوقوف مجھکو گالی دیگا میں اوسکو دعا دونگا جو کوئی
مجھہ سے دشمنی کریگا میں اوس سے محبت کرونگا اس اصول کا حال معلوم ہونے پر ایک بیوقوف آدمی بطور امتحان
اونکے پاس گیا اور سخت گالیاں دینی شروع کیں بدھ جی خاموشی کے ساتھہ سنتے رہے جب وہ
بیوقوف خاموش ہوا تب بدھ جی نہایت پریم کے ساتھہ بولے کہ پتر اگر کوئی شخص اپنے دوست کو کچھہ
تحفہ دے اور وہ لینے سے انکار کرے تو وہ کسکے پاس رہیگا اوس بیوقوف نے جواب دیا کہ دینے والیکے
پاس یہ جواب سنکر بدھ جی ہنسکر بولے کہ پتر تم نے جو اسوقت مجھکو تحفہ دیا ہے میں اوسکے لینے سے انکار کرتا
ہوں تم اپنے پاس ہی رہنے دو یہ سنکر وہ بیوقوف بہت شرمندہ ہوا اسوقت بدھ جی نے کہا کہ جسطرح سے
سنسان جنگل یا بڑے مکان میں یا گنبذ میں کوئی آواز نکالے تو ویسی ہی آواز دہرائی جاتی ہے اسی
طرح سے پتر اس سنسار روپی گنبذ میں بھی آواز کے موافق دوسری آواز سنائی پڑتی ہے اگر کوئی بد آدمی
نیک آدمی کو برا کہتا ہے تو جسطرح سے چاند پر تھوکنے سے وہ تھوک اپنے اوپر ہی گر پڑتا ہے اوسکے برا کہنے
کا اثر اوسی پر پڑجاتا ہے اور جسطرح سے کہ ہوا کے مخالف رخ کیطرف دھول اوڑانیسے وہ دھول
اوڑانیوالے پر ہی پڑتی ہے اسیطرح سے نیک آدمی کو بدنام کرنیسے نام کرنیوالیکو ہی نقصان اوٹھانا

پڑتا ہی گفتگو سکو وہ بیوقوف بنا ہا جسکے قدمونپر گر پڑا اور نہایت عاجز ہوکے اپنی خطا معاف کرا کر اونکا شش بنگیا جو ہمن نہین
تسہو کو چین فلاسفر جو برتش گٹ بدفورڈ جیل میں قید رہا گویا اسقدر عرصہ تک اونکا نت سیوین کا شاہن کرتا رہا جسکے سبب
اوسکی آتمک شکتیاں ایسی ظہور پذیر ہوئیں کہ پلگرم پروگرس اور ہولی وار وغیرہ اعلیٰ درجہ کی عمدہ کتب لکھہ سکا *

(۴) چوتہا ذریعہ آتمک اونتی کا کسی خاص نیک صفت کے اثر سے موثر ہونا ہے۔ جیسے کسی ایک نیک آدمی سے ملکر بہت سے نیک آدمیوں سے آسانی کے ساتھہ واقفیت ہوجاتی ہے اور او نکے میل سے وہ شخص بھی ضرور نیک ہوجاتا ہے۔ اسیطرح سے کسی ایک خاص صفت کا گہرا اثر پڑنے سے دیگر صفات بھی خود بخود آجاتی ہیں اور اون سب کے ذریعہ آتمک شکتی حاصل ہوجاتی ہے چنانچہ چند مثالیں لکھی جاتی ہیں ہر ایک شخص اپنی صفات کا اندازہ کرکے جو کوئی خاص صفت اوس میں زیادہ ہو اوسکو اسقدر زیادہ بڑہانے کی کوشش کرے کہ اوسکا اثر جیو آتما تک پہنچکر آتمک شکتی حاصل ہو *

پراچین سمے میں پنجاب کے ملتان شہر میں ایک راجہ ہرن کشب نام ہوا ہے اوسکا ایک لڑکا پرہلاد نام بہت ہی چھوٹی عمر کا تہا۔ ایک روز پرہلاد کا گذر کسی کمہار کے آوے کیطرف ہوا۔ وہاں اوس نے دیکہا کہ کمہار کی عورت نہایت رحم اور افسوس کے ساتھہ کہہ رہی تھی کہ اوسکے آوے میں بلی نے بچے دے تھے غلطی سے اوس آوے میں آگ لگادی گئی ہے پرہلاد نے کہا کہ اب افسوس سے کیا حاصل. کمہاری کے منھہ سے جو اوسوقت دیا کی صفت سے موصوف تھی بے ساختہ نکلا کہ پرماتما کرپا کریں تو اب بھی بلی کے بچہ زندہ رہ سکتے ہیں۔ پرہلاد نے نے جب کچھہ عرصہ کے بعد آوا ٹھنڈا ہوا تو نہایت تعجب کے ساتھہ دیکہا کہ بلی کے بچہ زندہ تھے۔ پرہلاد اوسوقت وشواس یعنے اعتقاد کی صفت سے اسقدر موثر ہوا کہ جیو آتما کی بے شمار شکتیاں پرگٹ ہوگئیں جنکے ذریعہ جوتی سروپ پرماتما سب جگہ دکہلائی دینے لگا۔ عقل اسقدر تیز ہوگئی کہ جب اوسکے باپ نے طرح طرح کی تکالیف پہنچاکر بہی دیکہا کہ پرہلاد محفوظ رہا تب خود پرہلاد سے پوچہا کہ کیا سبب ہے کہ بڑے بڑے جودہا اور راجہ مہاراجہ میرے مطیع ہوگئے مگر تجہہ چہوٹے سے لڑکے کو میں مطیع نہیں کرسکا۔ پرہلاد نے ہنس کر جواب دیا کہ اگر آپ

اپنے من اور اندریوں کو مطیع کرلو اور اونکے ذریعہ آتمک شکتیاں حاصل کرلو تب آپ اسکا بھید سمجھو گے ؎

اسیطرح سے غزنی ملک کے ایک غلام سبکتگین نام کا ذکر ہے کہ وہ ایک روز شکار کھیلنے گیا اور ایک ہرنی کے بچہ کو زندہ پکڑ لیا۔ اوسکی ماں سبکتگین کے پیچھے پیچھے اپنے بچہ کی ممتا کے سبب شہر کے دروازہ تک چلی آئی۔ اتفاقیہ سبکتگین نے پیچھے مڑکر اوسکو دیکھا اوسوقت اوسکو نہایت رحم آیا اور ہرنی کے بچہ کو چھوڑ دیا۔ ہرنی بچہ کو لیکر خوشی خوشی جنگل کیطرف دوڑی اور گو انسان کیطرح گفتگو نہیں کر سکتی تھی مگر بار بار پیچھے مڑکر اپنے اشاروں سے سبکتگین کا شکریہ ادا کرتی تھی اس رحم کی صفت کا سبکتگین پر اسقدر اثر ہوا کہ اوسکی آتمک شکتی پرگٹ ہوگئی جسکے ذریعہ اوسکو خواب کی سی حالت میں معلوم ہوا کہ پرماتما اوسکی اس حرکت سے نہایت خوش ہوئے اور اوسکو کہا کہ تو نے ایک ہرنی کے بچہ پر رحم کیا ہے اس واسطے تجھکو بے شمار بنی نوع انسان پر بادشاہ بنکر حکومت کرنیکا موقع دیا جاویگا اوس موقعہ پر بھی اسیطرح رحم کو مدنظر رکھنا۔ چنانچہ حقیقت میں ایسا ہی ہوا کہ سبکتگین ایک مشہور بادشاہ ہوا ؎

راجپوتانہ کے ایک رانا کی لڑکی میراں بائی کا ذکر ہے کہ وہ بہت چھوٹی عمر میں اپنی ماتا کے ساتھ راج محل سے ایک برات کو دیکھ رہی تھیں۔ جب برات کے سامان کے بعد دولہہ نظر پڑا تو میراں بائی جی نے بھولی آواز کے ساتھ اپنی ماتا سے پوچھا کہ میرا دولہہ کون ہے۔ ماتا نے ہنسکر کہا کہ تیرا دولہہ من موہن گردہر ناگر ہے یعنے پرمیشر ہے۔ میراں بائی جی کو اوسیوقت ایسا پریم پیدا ہوا کہ جملہ آتمک شکتیاں جاگ پڑیں تصور کی طاقت نہایت بڑھ گئی۔ رانا نے کئی مرتبہ اونکو زک ایذا پہنچانی چاہی مگر اونکو کوئی گزند نہ پہنچی۔ زہر کا پیالہ اونکو ہلاک نہ کرسکا اور کالا ناگ اونکو ڈس نہ سکا کیونکہ اونکو پریم کا رنگ چڑھا ہوا تھا۔ اور آتمک بل پراپت ہوگیا تھا ؎

پانچواں ذریعہ آتمک اونتی کا پرماتما کی استتی۔ پرارتھنا اور اوپاسنا ہے۔ پرماتمک کے گنوں کا کیرتن شروان اور اوپدیش کرنیکو استتی کہتے ہیں۔ پرماتما

سے سہایتا کی اچھا یعنے خواہش کو پرارتہنا کہتے ہیں۔ پرماتما سے سہایتا کی اچھا کرنے سے پہلے یہ بات نہایت ضروری ہے۔ کہ اپنی سامرتہہ بہر پرشارتہہ کریں۔ کیونکہ منشوں میں سامرتہہ رکھنے کا پرماتما کا یہی پریوجن ہے کہ منشوں کو اپنے پرشارتہہ کو برتنا چاہئے جیسے آنکہہ والے کو کوئی چیز دکھائی جا سکتی ہے اندہے کو نہیں۔ اسیطرح ایشر نے بدہی آدی پدارتہہ منش کو دیے ہیں اور جو منش اون پدارتہوں سے ٹہیک ٹہیک کام لیتے ہیں اونپر ایشر بہی سہایتا کرتے ہیں اوپاسنا کے معنے ہیں پرماتما کے قریب ہونا یعنے پرماتما کے سروپ میں مگن ہوکر اوسکے بتائے ہوئے سرشٹی نیم اور ستبہاشن آدی گنوں کا نہاوت پالن کرنا۔

یہ استتی پرارتہنا اور اوپاسنا تین قسم کی سمجہنی چاہئیں۔ پہلی وہ جو زبان سے ادا کیجاوے۔ دوسری وہ جو دل سے کیجاوے۔ تیسری وہ جس میں جن پرماتما کے گنوں کا شرون کیرتن یا اوپدیش کیا جاوے اونکو خود دہارنا کرنیکی کوشش کیجاوے اور جس پرارتہنا کو زبان و دل سے کیا جاوے۔ اور جس بات کی اچہا کیجاوے اوسکے واسطے اپنی پوری طاقت سے سارے اوپائے عمل میں لائے جاویں۔

اگرچہ استتی۔ پرارتہنا اور اوپاسنا اپنے حسب حال ہر ایک دہارمک پرش کو ادا کرنی چاہئیں اور اسطرح کرنے میں جو الفاظ سچے دل سے اوسکے ہردے میں اوپتن ہوں وہی زیادہ موثر اور مفید ہوتے ہیں تاہم چند نمونے لکھنے بہی مناسب سمجہی جاتی ہیں جو گذشتہ زمانہ کے دہارمک پرشوں نے استعمال کی ہیں ہے پرمیشر آپ پرکاش روپ ہیں میرے ہردے میں بہی کرپا کرکے وگیان روپ پرکاش کیجئے آپ انمنت پراکرم والے ہیں مجہکو بہی پورن پراکرم عطا کیجئے ہے انمنت بل والے مہیشر آپ اپنی انوگرہ سے مجہکو شریر اور آتما میں پورن بل دیجئے۔ ہے سرب شکتیمان آپ سب سامرتہہ کے نواس استہان ہیں اپنی کرونا سے مجہو چت سامرتہہ کا استہان مجہکو بہی کیجئے ہے دشٹوں پر کرودہ کرنے ہارے آپ دشٹ کاموں اور دشٹ جیوں پر

کرودہ کرنیکا سبہاو مجہہ میں بہی رکہیے ۔ ہے سب کے سہن کرنے والے ایشر آپ جیسے پرتہوی آدی لوگوں کے دہارن اور دشٹ منشوں کے ویوہارون کو سہتے ہیں ویسے ہی سکہہ دکہہ ہانی لابہہ ۔ سردی گرمی ۔ بہوک ۔ پیاس اور جاڑہ آدی کا سہنے والا مجہکو بہی کیجیے ۔ ہے اوتم ایشور جی بکت پریشر آپ کرپا کر کے شرونتر آدی اوتم اندریے اور شریشٹ سبہاو والے من کو مجہہ میں استہر کیجیے ۔ ہے جگدیشر آپ ساری جگت ارتہات جڑ اور چیتن وستوں کے راجہ اور پالن کرنے والے ہیں آپ منشوں کو بدہی اور بل اور آنند سے نرنتی کرنیوالے ہیں ۔ جیسے آپ نے ہمکو بدہی آدی پدارتہہ دیئے ہیں اسیطرح اونکی ٹہیک ٹہیک بردہی اور رکہشا بہی کریں ۔ آپ سدیو کال ہمکو ایسی پریرنا کرتے رہیں کہ ہم پکش پات رہت نیاد اور ست آچرن سے بکت دہرم کو گرہن کریں ۔ اوس سے وپریت کبہی نہ چلیں ۔ کنتو اوسکی پراپتی کے لئے ورودہ کو چہوڑ کر پرسپر سمتی اور پریتی سے رہیں ۔ جس سے ہمارا سکہہ بڑہتا رہے اور دکہہ پراپت نہ ہو ۔ آپ ایسے کرپا کریں کہ ہم سب لوگ ورودہ واد کو چہوڑ کر آپس ہیں پریتی کے ساتہہ پڑہنا پڑہانا اور پرشنوتر سہت سنباد کریں جس سے ست ودیا نت بڑہتی رہے ہے پرم پتا پریشر آپکی سہایتا کے بنا دہرم کا پورن گیان اور اوسکا پورا انوشٹہان نہیں ہو سکتا ۔ اس لئے آپ ایسی کرپا کیجیے جس سے میں ست دہرم کا انوشٹہان پورا کر سکوں ۔ آپ ایسی کرپا کیجیئے کہ میں سب است کاموں سے چہوٹ کر ست کے آچرن کرنے میں سدا درڑہ رہوں ۔ اس پوتر برت میں دن پرتی دن میری شردہا ادہک ہوتی جاوے اور اوسکے سبب میرے انتہہ کرن کی شدہی اور ویوہار و پرمارتہہ کے سکہہ پراپت ہوتے جاویں ۔

ہے سرب ویاپک انترجامی آپ ہمکو ایسی سامرتہہ دیجئے کہ ہم سدیو کال گیان اور ودیا کو بڑہاتے ہوئے کیول آپکی اوپاسنا ہی کرتے رہیں پرتکش آدی پرمان سے ٹہیک ٹہیک پرکہشا کر کے جیسا ہم اپنی آتما میں جانتے ہیں ویسا ہی بولیں اور ویسا ہی مانیں ۔ اپنی آنکہہ آدی اندریوں کو ادہرم اور آلس سے چہڑا کر سدا دہرم میں چلاتے رہیں من اور بدہی کو دہرم سیون

میں استھر رکھیں۔ دہرم ارتھہ کام اور موکش کی سدہی کے لئے سد یوکال پرشار تھہ کرتے رہیں۔ جو سب جگت کے اوپکار کے لئے ستت بادی۔ ستت کاری۔ وودوان۔ سب کا سکھہ چاہنے والے ہوں اون ستت پرشوں کے سنگ سے یوگ بیوہاروں کو سدا بڑہاتے رہیں۔ ہے ستت سروپ پرماتمن آپکی کرپا اور آچارج کی سہایتا سے ہم برہمچاریوں نے ستت ودیا اور شبھہ گنوں کو دہارن کیا ہے۔ آپ ایسی اشیرباد دیجئے کہ ہم اللس اور پرماو سے سدا پرتھک رہکر کشلتا ارتھات چترائی کو سدا گرہن کرکے بہوتی ارتھات اوتم ایشوریہ کو بڑہاویں۔ ماتا۔ پتا۔ آچارج ارتھات ودیا کے دینے والے اور ایتھتہ ارتھات ستت کے اوپدیش کرنے والے وودوان پرش ان سب کی سیوا اوتم پدارتھوں اور پرسن چت کے ساتھہ کرتے رہیں۔ ہے پرم ایشوریہ یکت منگل مئے پرمیشر آپکی کرپا سے مجھکو اوپاسنا جوگ پراپت ہو تہا اوس سے مجھکو سکھہ بھی ملے۔ اسی پرکار آپکی کرپا سے دس اندریے۔ دس پران۔ من۔ بدہی۔ چت۔ اہنکار۔ ودیا۔ سبہاؤ۔ شریر۔ بل۔ یہہ اٹھائیس سب کلیانوں میں پرورت ہوکر اوپاسنا جوگ کو سدا سیون کرچکے تتھا ہیں بھی اوس جوگ کے دوار ارکہشا کو اور رکہشا سے جوگ کو پراپت ہوا چاہتا ہوں اس لئے آپکو بارمبار نمسکار کرتا ہوں۔ آپ پرجا۔ بانی اور کرم ان تینوں کے پتی ہیں تتھا سرب شکتیمان وشیشٹھمنوں سے یکت ہیں۔ جس سے آپ وشٹ پرجا۔ متھیا بانی اور پاپ کرموں کو ویناش کرنے میں اتینت سامرتھہ ہیں۔ تتھا آپکو سرب وےیاپک اور سرب سامرتھہ والا جانکر میں آپکی اوپاسنا کرتا ہوں۔ ہے پرمیشر ہم آپکی اوپاسنا کرتے ہیں آپ کرپا کرکے انت آدی ایشوریہ۔ سب سے اوتم کیرتی۔ یہہ سے رہت۔ اور سمپورن ودیا سے یکت کیجئے۔

ہے جھگون آپ سب میں ویاپک شانت سروپ اور پران کا بھی پران ہیں تتھا گیان سروپ اور گیان کے دینے والے ہیں۔ سب کے پوجیہ۔ سب کے بڑے اور سب کے سہن کرنے والے ہیں۔ اس پرکار کا آپکو جانکر

ہم لوگ آپکی اوپاسنا کرتے ہیں کہ یہ گُن آپ ہمکو بھی دیویں ٭

ہے جگدیشور آپکی نرنتر اوپاسنا کرنے سے ہمکو نشچے ہوا ہے کہ مکتی کا اوتم سادہن اوپاسنا ہے۔ اسی لیئے سارے وِدوان اور دہارمک پرش آپکو جو سب جگت اور سب منشوں کے ہردوں میں ویاپک ہو۔ اوپاسنا رنتی سے ہی اپنی آتما کے ساتھ یکت کرتے ہیں جسکے سبب اونکے ہردے روپی بھومی میں ست کا پرکاش ہو کر وہ سب وِدیاؤں کے جاننے والے ہنسا آدی دوشوں سے رہت کرپا کا سمدر ہو جاتے ہیں۔ اور موکش کو پراپت ہو کر سدا آنند میں رہتے ہیں۔ وغیرہ وغیرہ ٭

**آتمک دہرم کے فوائد** جو منش اس دہرم کو اچھی طرح پالن کرتے ہیں اونمیں وشواس اور رحم۔ محبت اور انصاف۔ ہمت وشجاعت۔ دلیری اور استقلال وغیرہ اس قدر صفات پیدا ہو جاتی ہیں۔ کہ وہ اس دکھ ساگر روپ سنسار کو سکھ ساگر بنا دیتے ہیں۔ وہ اپنے شاریرک۔ مانسک اور آتمک بل سے طرح طرح کی وِدیا پرگٹ کرتے ہیں ٭

**آتمک دہرم کے بعد پارلوکک دہرم کے گرہن کرنیکا طریقہ** آتمک دہرم کو ودہی پوربک گرہن کرنیکے پشچات اگر پرماتما میں زیادہ پریتی ہو جاوے اور آتمک دہرم کے ناپیدا کنار سمدر میں غوطہ مار کر بے وہنتا مخفی راز معلوم کرنے اور سنسار کا اوپکار کرنا منظور ہو اور سنساری سکھوں کی ادہک چاہنا نہ ہو تو پارلوکک دہرم کو پالن کرنا چاہیئے جسکا مفصل ذکر دوسری جلد میں کیا جاویگا۔ لیکن گرہست دہرم کو اولنگھن کرنا ہر ایک منش کی سامرتھیہ نہیں ہے جب کسی ملک یا قوم کا اودہار کا سمے آتا ہے تب ایسے مہاتما پیدا ہوتے ہیں جیسے کہ شنکر آچارج جی حضرت عیسیٰ۔ سوامی دیانند وغیرہ مہاتما پرگٹ ہوئے۔ ایسے مہاتماؤں کا تیج اور جس کو دیکھ کر دنیاوی اشخاص حسد اور خود غرضی کے سبب طرح طرح کی رکاوٹ ڈالتے ہیں اور جب دیکھتے ہیں کہ کوئی رکاوٹ اونکے ستہ راہ نہیں ہوتی تب اونکی جان لینے کو تیار ہو جاتے ہیں مگر وہ مہاتما اپنی آتمک شکتی کے بل سے جہان کی اگنی کو اسقدر پرجلت کر دیتے ہیں کہ اونکے مرنے کے پشچات

جیسے جیسے باد مخالف چلتی ہے ویسے ویسے وہ اگنی زیادہ تیز اور روشن ہوجاتی ہے

**رشیوں کے زمانہ کا ذکر** رشیوں کے زمانہ میں ہندوستان میں مذکورہ بالا تینوں دھرموں یعنے شناریک۔ مانسک اور آتمک دھرموں کے پالن کرنیکی اوستھا کو برہمچریہ آشرم کہتے تھے۔ اسکے بعد گرہست آشرم شروع ہوتا تھا۔ جسمیں داخل ہوکر برہمچاری لوگ اپنی نہایت محنت سے حاصل کی ہوئی طاقتوں کے ذریعہ بیشمار سکھ بھوگتے تھے۔ جو برہمچاری جس پیشہ کو اختیار کرتا تھا یا جسکی طرف توجہ دیتا تھا اوسمیں اعلیٰ سے اعلیٰ ترقی کر دکھلاتا تھا۔ مثلاً گوسوامتر جی نے نئی سرشٹی اوپتن کی جسکا مطلب یہ ہے کہ دو دو اناج ملا کر کئی قسم کے جوار باجرا وغیرہ اناج نئے پیدا کئے۔ دو دو جانوروں کے میل سے کئی قسم کے کارآمد جانور پیدا کئے۔ درونا چارج جی نے کئی قسم کی اگنی ودیا پرگٹ کی جسکی مدد سے ہندوستان کے راجوں نے دور دور تک سلطنت بڑھائیں کیونکہ اس دنیا میں جو راجہ اگنی ودیا کو زیادہ ترقی دیتا ہے وہی دور دور تک راج کرسکتا ہے۔ غرضیکہ ہر ایک پیشہ میں مذکورہ بالا تینوں دھرم پالن کرنے والے اشخاص پوری ترقی کر کے سکھ سے گذران کرتے تھے۔ دنیا کی دولت دنیا کا بیوپار دنیا کے علوم وفنون حرفت ودستکاری سب ہندوستان میں موجود تھے۔ دنیا بھر کے ہر ایک قسم کی خواہش رکھنے والے آدمی۔ مذہب کے پیاسے۔ دولت کے بھوکے علوم کے شایق۔ بیوپار کے متلاشی سب رشیوں کے چرنوں میں بیٹھ کر اپنی مراد دلی حاصل کرتے تھے۔ اور اگر مذکورہ بالا تینوں دھرم پھر سچی کوشش اور سچے اعتقاد سے پالن کرنے شروع کئے جاویں تو پھر ویسا ہی زمانہ ہندوستان کو نصیب ہونا اور ساری قوموں سے سبقت لیجانا ممکن ہے کیونکہ پرماتما نیارکاری ہیں اور اونکا قانون جیسا رشیوں کے زمانہ میں تھا ویسا ہی اب بھی ہے اور وہ گپت ہوکر سب کے کرم دیکھتے ہیں اور پرتکش ہوکر پھل دیتے ہیں ۔

پرشن۔ اسوقت دنیا کی دیگر قومیں بیشمار ترقی کرگئی ہیں اون سے سبقت لیجانا کسطرح ممکن ہے ؟

اونتر۔ ترقی خواہ دنیاوی ہو خواہ دینی اوسکے حاصل کرنے کے واسطے دو اصول ہیں۔ نیتی اور دہرم اسوقت عموماً دیکھا جاتا ہے۔ کہ دیگر قوموں نے جو ترقی کی ہے اونہوں نے نیتی کو دہرم سے زیادہ مقدم سمجھہ رکھا ہے اور ہندوستان میں بے شمار عرصہ سے دہرم چرچا رہنے کے سبب گو طرح طرح کے مت متانتروں اور فروعات کے جھگڑوں نے پیچھے دہرم کا ابھاؤ کر دیا ہے پھر بھی اوسکا بیج موجود ہے۔ اور مذکورہ بالا طریقے سے ترقی کے میدان میں قدم ڈالنے سے ضروری ہے۔ کہ دہرم پردہان رہے اور نیتی گون انگ ہیں۔ پس دہرم کو زیادہ مقدم سمجھہ کر دہرم اور نیتی دونوکو پہلو بہ پہلو برتتے ہوئے ہندوستان ضرور دوسرے ملکوں سے سبقت لیجا سکتا ہے جب شاریرک دہرم پالن کرنے سے شریر کی ساری کلیں اور پرزے معلوم ہو جاویں اور اونکو ٹھیک ٹھیک چلانا آجاوے تو باہر کی کلیں ایجاد کرنی اور اون سے ٹھیک ٹھیک کام لینا کونسا مشکل ہے۔ جب مانسک دہرم کو پالن کرنے سے من کو داؤ پیچ کر کے قابو کر لیا جاوے تو باہر کی دنیا کے نیتی کے اصول برتنے کیا بڑی بات ہے۔ جب شریر روپی نگر میں دیا پریم اور نیاء سے آتم بل سے سب شکتیوں کو نیم میں رکھنے پر قادر ہو جاوے تو اسیطرح باہر کی دنیا میں بھی کیا جانا ممکن ہے۔ لیکن یہ بات تب ہو سکتی ہے جبکہ ساماجک اونتی کا عمدہ انتظام ہو۔ کیونکہ کلیں وغیرہ ایجاد کرنے والے کو شروع میں عوام الناس دیوانہ کہا کرتے ہیں۔ ہزاروں آدمی مخالفت کرتے ہیں لیکن ساماجک اونتی کا کچھہ بھی انتظام ہو تو وہ لوگ مدد کرتے ہیں اور رفتہ رفتہ اوسکی ایجاد کو مکمل بنا دیتے ہیں ساماجک دہرم کا ذکر پانچویں حصہ میں ہوگا ٭

غرضیکہ آتمک دہرم کو پالن کرنیکے بعد گرہست دہرم کو اختیار کرنا چاہئے جسکا ذکر مختصر طور پر اگلے حصہ میں کیا گیا ہے ٭

## جلد اول حصہ چہارم

# گرہست دھرم

یعنی

# فرائض خانہ داری

**گرہست دہرم کی مختصر یعنے تشریح**

گرہست دہرم کے لفظی معنے گھر میں قیام ہونے کے فرائیض ہیں اصطلاح میں اون فرائیض سے مراد ہے جنکے ذریعہ بعد تحصیل علم عمدہ طرح سے معاش کا انتظام اور عیالداری کے سامان بہم پہنچائی جاسکیں اور آرام کے ساتھ زندگی بسر ہو ٭

گرہست دہرم اسوجہ سے بہت اعلی سمجھا گیا ہے کہ اسی کے ذریعہ شاریرک ۔ مانسک اور آتمک دہرم پالن کرنیکا انتظام ہو سکتا ہے اور اسی کے سہارے پر سنیاس وغیرہ پار لوگک دہرم قایم رہکر ترقی کر سکتے ہیں۔ گرہست آشرم بطور ایک چھوٹے راج یعنے بادشاہت کے ہے جس میں ہر ایک کو مثل راج دربار کے ایک دوسرے کی مدد اور تعمیل حکم کرتے ہوئے نہایت سچائی محنت اور ہمت کے ساتھ اپنے اپنے فرائیض ادا کرنے چاہئیں جنکا مختصر ذکر اس جگہ کیا جاتا ہے ٭

**انتظام معاش**

شاریرک ۔ مانسک اور آتمک دہرم کو پالن کرتے ہوئے جب علم پڑہنے سے فراغت حاصل ہو تب اپنی لیاقت اور بلحاظ طبعیت کے موافق کسی ایسے پیشہ کو اختیار کرنا چاہئے جس سے عمدگی اور نیکی کے ساتھ زندگی بسر ہو سکے ۔ اوس پیشہ میں

پوری توجہ دیگر جائز طریقوں سے معقول آمدنی پیدا کرنے کی کوشش کرتے رہنا چاہئے
جس قسم کی تعلیم پائی ہو اور جس طرف طبیعت کا خاص رجحان ہو اوسی قسم
کے پیشہ کو اختیار کرنا چاہئے۔ اور اوس پیشہ میں زیادہ سے زیادہ ترقی اور شہرت
حاصل کرنا فرض عین سمجھنا چاہئے۔ نیز اپنی عادات بلکہ سارا طرز زندگی ایسا بنا لینا
مناسب ہے جس سے خود بخود ترقی و شہرت و نیکنامی ہوتی جاوے۔ مثلاً اگر
دہرم کا پرچار کرنا منظور ہو تو پرانا سے زیادہ گھر الگا و کر کے ہر وقت دنیا کو مثل ایک
سرائے کے سمجھنا چاہئے جہاں مستقل آرام کے سامان کوئی بھی جمع نہیں کیا کرتا
ہے بلکہ آرام یا تکلیف جس طرح ہو سکے گذارہ کر کے آخری منزل مقصود کا خیال مد
نظر رہتا ہے۔ دہرم پرچارک کو جہانتک ممکن ہو جو کچھ دل میں ہو وہی زبان سے
ظاہر کرنا چاہئے اور نزدوش اور نربہہ ہو کر دورہ کرتے ہوئے زیادہ سے زیادہ
آدمیوں میں اپنے خیالات پہیلانے کی کوشش کرتے رہنا چاہئے سارے
شخصوں کو اپنا جاتی والا سمجہ کر اونکے اور نیز دیگر جیوں کے سکھ کی بردہی اور
دکھہ کی نورتی کے لئے جتن کرتے رہنا چاہئے۔ اگر زمیندار بننا منظور ہو تو فن زراعت
کی علمی واقفیت اور سردی گرمی کی برداشت کرنے کی عادت ڈال کر دیہاتی آدمیوں
اور کہیتی کے کار آمد جانوروں سے خاص قسم کا اُنس پیدا کرنا چاہئے۔ اگر تجارت
اور بیوپار کا ارادہ ہو تو مختلف ملکوں کی پیداوار اور ضروریات کو معلوم کرنا اور طبیعت
میں نرمی اور سچائی کا پیدا کرنا ضروری سمجھنا چاہئے۔ فوجی پیشہ میں بہادرانہ طریق
زندگی اختیار کرنا مناسب ہے۔ ورزش وغیرہ کے ذریعہ جسمانی قبائے کو زیادہ
مضبوط اور صحت کو زیادہ عمدہ رکھنا ضروری ہے فرض منصبی کے ادا کرنے میں
جان کا خطرہ ہو تب بھی پرواہ نہ کرنی چاہئے۔ عدالت اور وکالت پیشہ کے
واسطے قانون قدرت اور انسانی طبیعتوں کو جہانتک ممکن ہو غور سے مطالعہ
کرکے امن۔ آزادی اور انصاف کو پھیلانے کے واسطے علم منطق اور فن تقریر
میں مہارت پیدا کرنی لازم ہے۔ راج دربار کی نوکری کرنی ہو تو ہر دل عزیزی

کی صفت حاصل کر کے افسروں کی رضامندی اور تعمیل حکم پر اوپر والوں اور ماتحتوں کے ساتھ انصاف اور محبت کا برتاؤ کرنا مناسب ہے *

**رشتہ داروں سے برتاؤ**

ہر ایک گرہستی کے تہوڑے یا بہت رشتہ دار ضرور ہوتے ہیں اونکے ساتھ نہایت خوش خلقی محبت اور سچائی کے ساتھ برتاؤ رکہنا چاہئے اور اپنی توفیق کے موافق بغیر احسان جتلائیکے اون سے سلوک کرنے کو مستعد رہنا چاہئے۔ اون سب کو اونکی ہی عقل وغیرہ کے پیمانہ سے اندازہ کر کے عموماً چھوٹی چھوٹی باتوں پر کشیدگی نہ کرنی چاہئے۔ اون سے برتاؤ کرتے وقت ہمیشہ اس بزرگ اصول کو مدنظر رکہنا مناسب ہے کہ جیسا اون سے برتاؤ کیا جاوے ویسا ہی برتاؤ اپنے ساتھ ہو تو عمدہ آنکھ سے دیکھنے کے لایق ہو جس بات کو خود ناپسند کیا جاوے وہ اون سے بھی نہ برتی جاوے۔ خاندانی اتفاق اور رشتہ داروں کی طاقت دنیاوی آسایش حاصل ہونے کے واسطے ایک بہت بڑی برکت اور طاقت سمجھی گئی ہے خوش قسمت ہیں وہ اشخاص جنکو یہ نعمت حاصل ہے۔ لیکن رشتہ داروں سے نامناسب برتاؤ کرنے سے یہ نعمت سخت سے سخت مصیبت میں تبدیل ہوجاتی ہے۔ بہائی جو قوت بازو کہلاتا ہے۔ مار آستین بنجاتا ہے چنانچہ اسکی تصدیق میں "گہر کا بہیدی لنکا ڈہاوے" کہاوت زبان زد عام ہے۔ روایت یہ ہے کہ لنکا کے راجہ راون نے اپنے بہائی بہبکشن سے مناسب برتاؤ نہیں کیا جسکے سبب بہبکشن مہاراجہ رامچندر سے جاملا۔ غور سے دیکہا جاوے تو جسقدر خاندانوں۔ قوموں اور ملکوں میں تباہی نازل ہوئی ہو وہ سب آپس کی پہوٹ سے ہوئی ہے اور اگر ہر ایک موقع کی پہوٹ کا اصلی سبب معلوم کیا جاوے تو وہ شروع میں نہایت خفیف باتوں میں اور رفتہ رفتہ بڑے بڑے معاملات میں آپس کا نامناسب برتاؤ ہی نکلے گا *

**پڑوسیوں یعنے ہمسایوں سے برتاؤ**

پڑوسیوں کو بھی مثل رشتہ داروں کے سمجھکر اونکے سُکھ دُکھہ کو اپنا سُکھ دُکھہ سمجھنا چاہئے اور جہانتک ہوسکے اون سے محبت کا برتاؤ رکھنا چاہئے۔ اگر ایسا ممکن نہ ہو تو بجائے جھگڑہ فساد کرنے کے کوئی دوسرا عمدہ پڑوس تلاش کرنا چاہئے۔ زیادہ اچھا یہ ہے کہ جھگڑہ فساد کرنیوالے پڑوسی کو بھی اپنی شیریں گفتاری۔ نرمی اور بُردباری سے گرویدہ کرکے امن چین سے گذران کیجاوے۔ روایت یہ ہے کہ ایک نیک و خوش خُلق آدمی کے پڑوس میں کوئی جھگڑالو اور تند مزاج آدمی آن رہا اور ذرا ذراسی بات پر روزمرہ تکرار کرنی شروع کی ایک روز اتفاقیہ اوسکا ایک پالتو کبوتر نیک پڑوسی کی چھت پر جا بیٹھا اور وہاں اوسکو بلی نے پکڑکر مار ڈالا اسپر جھگڑالو پڑوسی نے شور مچانا شروع کیا کہ اوسکے کبوتر کو ارادتاً مروا دیا۔ صلح کُن پڑوسی نے یہ سنکر بجائے تُرکی بہ تُرکی جواب دینے کے نہایت نرمی اور تحمل کے ساتھ اپنے جھگڑالو پڑوسی سے اوس کے کبوتر کے مرنے پر افسوس ظاہر کرکے معافی مانگی اور اوس کبوتر کی قیمت دینے پر تیار ہوا۔ یہ نرمی دیکھ کر جھگڑالو پڑوسی کی آنکھوں میں بجائے غصہ سے خون برسنے کے دفعتاً آنسو بھر آئے اور وہ خود اپنے پڑوسی سے اوسپر جھوٹا الزام قایم کرنیکے بدلے میں نہایت شرم اور انکساری کے ساتھ معافی مانگنے لگا۔

**دوستوں سے برتاؤ**

اگرچہ اس خودغرضی سے بھری ہوئی دنیا میں سچا دوست عنقا صفت ہے تاہم چند آدمیوں سے دوستی رکھنی پڑتی ہی ہے۔ اور اگر اون سے صفائی دل اور سچی محبت کے ساتھ برتاؤ رکھا جاوے اور جہانتک ممکن ہو اونکی خاطر تواضع اور کاربراری کرنے میں کوشش کیجاوے تو اون میں سے اچھے دوست بھی پیدا ہوجاتے ہیں اور مصیبت کے وقت مدد دینے کو تیار ہوجاتے ہیں جس جس درجہ تک اونکی دوستی کا ثبوت ملتا جاوے اوس اوس درجہ تک اون سے یگانگت بڑہانی مناسب ہے۔ مگر سارے دلی راز اون پر ہرگز نہ کھولنے چاہئے کیونکہ اگر کسی وجہ سے دوستی قایم نہ رہے تو اوس

وقت اون سے تکلیف پہنچنے کا اندیشہ ہے۔ ہر ایک گرہستی کو یہ کوشش کرنی چاہئے کہ پہلے سوچ سمجھکر دوست بناوے پہر حتی المقدور زندگی بہر دوستی کو نبھاوے۔ یہ زیادہ اچھا ہے کہ تھوڑے دوست ہوں اور عمدہ ہوں بہ نسبت اسکے کہ بہت سے دوست ہوں اور نمایشی ہوں ۔

**مخالفوں سے برتاؤ**

خواہ کیسا ہی نیک طینت اور ملنسار آدمی ہو پہر بہی ایک یا زیادہ مخالف پیدا ہو جاتے ہیں۔ مخالف آدمیوں سے ہمیشہ انصاف اور تحمل اور احتیاط کے ساتھ برتاؤ کرنا چاہئے۔ اپنی طرف سے ہمیشہ یہ کوشش ہونی چاہئے کہ مخالفت موافقت میں تبدیل ہو جاوے اگر یہ کسی طرح ممکن نہ ہو تو جہانتک ہو سکے مخالفوں سے دور رہنے کی کوشش کیجاوے۔ مگر کسی حالت میں مخالفوں کو دبانے یا تنگ کرنے کو نامناسب وسائل نہ استعمال کئے جاویں۔ اور اون کی زبردستی اور ظلم کو پرماتما کے انصاف پر چہوڑ دیا جاوے ۔

**عوام الناس سے برتاؤ**

جو انسان دنیا میں آرام کے ساتھ زندگی بسر کرتے ہیں اون سے تنترتا یعنی دوستی رکہنی۔ تکالیف میں پہنسے ہوئے اور مصیبت زدوں سے ہمدردی کرکے اپنی طاقت بہر اونکو مدد دینی۔ نیک اعمال آدمیوں کے کارناموں کو دیکھ اور سنکر خوش ہونا اور اونکی داد دینی۔ بداعمال اشخاص سے نہ دوستی رکہنی نہ دشمنی بلکہ اون سے حتی المقدور دور رہنا مناسب ہے آنچہ برخود نہ پسندی بر دیگراں مپسند کے مقولہ کو بہی ہر وقت منظور رکھنا مناسب ہے

**مہمان نوازی**

گرہست دہرم میں مہمان نوازی بہی ایک بہت بڑا فرض ہے جب کوئی دہرمنت رشتہ دار۔ مسافر یا اوپدیشک بطور مہمان کے آوے تو اپنی حیثیت اور اوسکی ضرورت کا اندازہ کرکے نہایت خندہ پیشانی کے ساتھ اوسکی خاطر تواضع کرنی چاہئے عقلمندوں نے کہا ہے شعر شکر بجا آر کہ مہمان تو ۔ روزی خود میخورد از خوان تو ۔ ہندوستان عرب وغیرہ ملکوں میں مہمان نوازی کا طریقہ عمدہ طرح جاری ہے اور رشیوں کے زمانہ میں اسی کو اتیتہ سیوا کہتے تہے۔

جب تک اننتہ سیوا کا عملی طور پر رواج رہا اچھے اچھے اوپدیشک دن رات بہر من کرکے امرت روپی اوپدیش سے گزارہ نہ کرتے تھے اور اپنی ضروریات سے بے فکر رہکر اطمینان کے ساتھ دہرم کے سوکہشم سے سوکہشم انگوں کو سوچنے اور پہیلانے میں مصروف رہتے تھے ؀

**دان یعنے خیرات** سنسار کے سارے پدارتہوں کے مالک پرتہوی ناتہہ پرمیشر ہیں جو اپنی دیالتا اور پیار کے الوسل سہر ایک کو اوسکی لیاقت اور کوشش کے موافق سامان ایک عارضی وقت تک دیدیتے ہیں۔ جنکو مناسب طور پر استعمال کرنا ہر ایک دہارمک پُرش کا فرض ہونا چاہئے اور کچھ حصہ اون ساماںوں کا دوسروں کی حاجات وضروریات پورا کرنیکے لئے ہمیشہ خیرات کرنا چاہئے عام طور پر اپنی آمدنی کا سواں حصہ وقف کرکے ساماجک اونتی کے ذمہ وار اشخاص کو دینا مناسب ہے اور اگر ساماجک اونتی کا خاطرخواہ انتظام نہ ہو تو اپنی عقل کے موافق یا چند عقلمند آدمیوں کے مشورہ سے وہ سواں حصہ خرچ کرنا چاہئے۔ انسان خواہ کیسا ہی پکش پات سے رہت ہو پھر بھی کچھ نہ کچھ مختار رہتی ہی ہے اس لئے مناسب ہے کہ خیرات کے وقت اپنی عقل پر دوسری عقلمندوں کی رائے کو ترجیح دیجاوے ؀

علاوہ سویں حصہ آمدنی کے خاص خاص موقعوں پر بھی حسب حیثیت خیرات کرنی لازم ہے۔ ایک طریقہ پوشیدہ خیرات کرنیکا بھی ہے جسکو گپت دان کہا جاتا ہے۔ مصیبت زدہ سفید پوش اشخاص کی امداد۔ مفلس طلبا کی امداد۔ لایق مصنفوں کی امداد۔ نئی ایجاد پیدا کرنے والے کاریگروں کی امداد اس طرح پر کہ سوائے اونکے کسی دوسرے کو خبر نہ ہو گپت دان سمجھنا چاہئے جسکا پہل مہا کلیان ہے۔ جو اشخاص اس قسم کی خیرات کرتے ہیں اونکے گہر ہمیشہ لکشمی کا باسا رہتا ہے اور اونکی قوم اور ملک بھی آسانی کے ساتھ ترقی کے میدان میں آگے رہتے ہیں۔ غرض جیسے خیرات کا کرنا ضروری ہے اسی طرح مستحقوں تک اوس

خیرات کا پہنچانا نہایت ہی ضروری ہے ۔

**آپد دھرم** گرہست دھرم میں یہ بھی عادت ڈالنی چاہئے کہ جب کوئی کام خصوصاً نیا کام کیا جاوے اوسوقت سوچ لیا جاوے کہ وہ کام کسی طرح پر شاریرک۔ مانسک اور آتمک دھرم کے برخلاف تو نہیں ہے۔ ایسی عادت پڑ جانے پر کسی بڑے کام کا عمل میں آنا قریب ناممکن کے ہو جاتا ہے۔ اگر بدرجہ لاچاری کوئی برخلاف کام کرنا پڑے تو جہانتک ہو سکے یہ کوشش کیجاوے کہ اوس کام کے خراب نتیجہ کا کم اثر پہنچے اسی کو رشیوں کی اصطلاح میں آپد دھرم یعنے مصیبت کے وقت کا دھرم کہتے ہیں ۔

**آپد دھرم کی مثال** کرایہ کی سواری ریل جہاز وغیرہ میں ونیز زبردست ظالم کے پنجہ میں آنے کے وقت آپد دھرم سمجھکر جس طرح ہو سکے گذارہ کر لینا مناسب ہے لیکن بار مبار یا عرصہ دراز تک آپد دھرم کو برتنا نہیں چاہئے ورنہ عادت پڑ جانے کا اندیشہ ہے۔ عادت کے بس ہو کر بلا سوچے سمجھے کسی کرم کرنے کو ادھرم سمجھنا چاہئے ۔

**ٹایم ٹیبل** چونکہ گرہست میں بے شمار فرائض ادا کرنے ہوتے ہیں پس اون سب کو عمدہ طرح ادا کرنے کے واسطے سب کا وچار پوربک وبہاگ کرنے یعنے ٹایم ٹیبل بنانے سے بہت فائدہ متصور ہے چنانچہ نمونہ کے طور پر ایک جنرل ٹایم ٹیبل لکھا جاتا ہے ہر شخص اپنی رہن گت وحالات کے موافق اسکی ترتیب میں تبدیلی اور اگر ضرورت ہو تو اوقات منقسمہ میں کمی بیشی کرے ۔

علی الصباح سورج نکلنے سے پہلے اوٹھ کر اور پرماتما کا دھیان کرکے پھر جو جو کام اوس روز کرنا ہو اوسکو سوچ لینا چاہئے ۔

| | |
|---|---|
| حاجات ضروری سے فارغ ہونا | آدہ گھنٹہ |
| اسنان و ویایام یعنے ورزش | " |
| نت نیم یعنے آتمک اونتی کے سادہن | " |
| کلیوا یعنے ناشتہ | پاو گھنٹہ |

| | |
|---|---|
| خانگی کاروبار | آدہ گھنٹہ |
| ساماجک کام | پاؤ گھنٹہ |
| پیشہ کا کام | دو گھنٹہ |
| کھانا و تفریح طبع | ایک گھنٹہ |
| پیشہ کا کام | پانچ گھنٹہ |
| ناشتا | پاؤ گھنٹہ |
| ہوا خوری و تفریح | ایک گھنٹہ |
| کاروبار خانہ داری | ایک گھنٹہ |
| حاجات ضروری | آدہ گھنٹہ |
| بیالو یعنے شام کا کھانا | آدہ گھنٹہ |
| دوستوں وغیرہ سے ملنا و اخبارات وغیرہ کا دیکھنا پڑہ و پکار کرنا | دو گھنٹہ |

قدرت پرماتما کا دہیان اور دن بھر کے اعمال پر سوچ بچار کے بعد آرام کرنا یعنے سونا

**بیواہ یعنے شادی** جب معاش کا اچھی طرح انتظام ہو جاوے تب شادی کا فکر ہونا چاہئے۔ اوسوقت اس امر کا ضرور خیال رکھنا چاہئے کہ استری کی عمر پُرش سے کم از کم تین و غایت درجہ پندرہ برس کم ہو۔ یہ ایک اصول ہے جس پر عملدرآمد کرنے سے لڑکپن اور بڑھاپے کی شادی خود بخود رک جانی ممکن ہے اور ہر ایک کے گُن کرم سبہاؤ کی عمدہ طرح تحقیقات ہو جانی لازم ہے گُن سے مراد لیاقتیں کرم سے مراد چال وچلن اور سبہاؤ سے مراد مزاج سمجھنا چاہئے۔

طب کے رو سے ایک ہی قسم کے مزاج کی استری اور پُرش سے جو اولاد پیدا ہوتی ہے وہ اکثر کمزور اور مریض ہوتی ہے اگر صفراوی مزاج اور بلغمی مزاج والوں کی آپس میں شادی ہو تو نسل کی ترقی اور تندرستی کے لئے نہایت مفید ہے اسی قسم کے لحاظ سے یہ بھی مصلحت ہے کہ پتی اور پتنی جہانتک ممکن ہو قرابت و سکونت میں بھی نزدیک نہ ہوں یعنے دور ہوں۔

**شادی کیوقت کے اقرار اور اونکے فواید**

شادی میں جو جو اقرار استری اور پُرش میں ہوتے ہیں وہ ہر دو کو
اچھی طرح سے سمجھنے چاہئیں اور اونکو ہر وقت یاد رکھتے ہوئے
ہمیشہ سچائی کے ساتھ اونپر کاربند رہنا چاہئے۔ مثلاً شادی کے وقت ایک بڑا اقرار یہ
ہوتا ہے کہ استری اپنا تن من دھن پُرش کے سمرپن کر دیتا ہے۔ جس کے سبب
منجملہ اور تمام باہمی فرائض کے یہ بھی ایک بڑا فرض ہے کہ من بچن اور کایا سے
پُرش اپنی استری پر قناعت کرے اور استری اپنے پُرش پر۔ اور ان میں نہایت
سچائی۔ انصاف اور محبت کے ساتھ برتاؤ رہنا چاہئے پُرش استری کو اپنا اردھنگی یعنے
نصف حصہ سمجھے اور استری پتی برتا دہرم میں تنت پرر ہے۔ دونوں کے دل آئینہ
کی طرح صاف رہنے چاہئیں کسی قسم کی کدورت دل میں نہ آنی چاہئے اگر اتفاقیہ
کوئی غلطی کسی سے سرزد ہو جاوے تو چشم پوشی لازم ہے اگر تاڑنا کرنی ضروری ہی سمجھی
جاوے تو وہ تاڑنا بغیر کسی طرح کی ملامت یا سخت کلامی کے محبت کے ساتھ ہو۔
جس گھر میں استری اور پُرش کا دل ملا ہوا ہوتا ہے اور ہر دو اپنے فرائض کو سمجھکر عمل
میں لاتے رہتے ہیں وہ گھر سورگ یعنے فردوس کا نمونہ بنجاتا ہے ؞

**عمدہ اولاد پیدا کرنیکا طریقہ**

جس طرح علم اور دولت وغیرہ پدارتھوں کے حاصل کرنے کے طریقے
ہیں اسی طرح سے عمدہ اولاد بھی پیدا کیجا سکتی ہے۔ واتسائین آدی
ہندوستان کے رشیوں نے ایسے ایسے طریقے معلوم کئے ہیں جنکے جاننے
اور عمل میں لانے سے انسان جس قسم کی اولاد چاہے پیدا کر سکتا ہے ؞
رگھوکل یعنے مہاراجہ رام چندر جی کے خاندان کے راجا اُتم اولاد پیدا کرنیکی
غرض سے رشیوں کے بتلائے ہوئے سارے طریقے ٹھیک ٹھیک استعمال
میں لاتے تھے جسکی وجہ سے اونکی اولاد نہایت طاقتور۔ دلیر اور ہمت والے پیدا
ہوتے تھے اور ہمیشہ تندرست رہکر سارے سُکھ حاصل کرتے ہوئے عمر طبعی کو
پہنچتے تھے دہارمک پُرشوں کی واقفیت کے لئے چند طریقوں کا مختصر ذکر اس جگہ
کرنا مناسب معلوم ہوتا ہے ؞

(۱) بجائے اسکے کہ ویشے بھوگ میں اتیھنت لپٹ ہو کر ویرج کو ضایع کیا
جاوے اس اسول وستو کو نہایت احتیاط کے ساتھ ٹھیک موقع پر خرچ کرنا چاہئے

جسقدر احتیاط زیادہ کیجاویگی اور ویرج کی رکہشا کی جاوے گی اوسی قدر ویرج زیادہ پرانر ہوگا۔ مناسب یہ ہے کہ جب استری رجسلا دہرم یعنے ایام حیض سے فارغ ہوا وسکے پانچویں دن سے پندرہویں دن تک بہوگ کیا جاوے۔ مگر ایک رات میں ایک دفعہ سے زیادہ بہوگ ہر حالت میں منع ہے۔ جس روز ایسا ارادہ کیا جاوے استری کو چند گھنٹہ پیشتر آگاہ کردیا جاوے تاکہ استری کو بارسبار اوس ارادہ کی یاد آنیسے اچھی طرح ہیلانی ہو جاوے اگر حیا یا کوئی اور امر مانع ہو تو کوئی خاص اشارہ قائم کر لیا جاوے مثلاً پہولوں کا ہار یا عطر کا پوہا دیدیا جاوے۔ لیکن ایسا ارادہ یا اشارہ رجسلا دہرم کے بعد ہی عمل میں آنا چاہیئے۔

پرشن۔ گرم ملکوں میں استری چہوٹی عمر میں رجسلا ہو جاتی ہے۔ ہندوستان میں اکثر گیارہ بارہ برس کی عمر میں یہ علامت ظاہر ہو جاتی ہے تو کیا اوس سمے میں بہوگ کرنا اوچت چاہیئے اور اوس سے اوتم اولاد پیدا ہونی ممکن ہے؟

اوتر۔ اگرچہ گرم ملکوں میں بہ نسبت سرد ملکوں کے یہ علامت جلدی پیدا ہوتی ہے تاہم زیادہ تر یہ سبب ہوتا ہے کہ لڑکیوں کو بہوگ سبندہی باتیں کرنے اور سننے اور دیکھنے کا موقعہ ملنے سے اون میں ادہورا ویگ پیدا ہو جاتا ہے اور جنکو ایسے موقع نہیں ملتے ہیں وہ خواہ کیسے ہی گرم ملک میں ہوں چودہ پندرہ برس کی عمر تک یہ علامت اور خواہش پیدا نہیں ہوتی ہے چنانچہ گرم سے گرم ملک میں دیہات وغیرہ کی لڑکیاں یا جنکو عمدہ تعلیم و ست سنگ میسر ہوتا ہے چودہ پندرہ برس کی عمر تک نہ رجسلا ہوتی ہیں اور نہ اونکو یہ خواہش ہوتی ہے اس واسطے مصنوعی طور پر اوبہارے ہوئے ادہورے ویگ کی علامات ظاہر ہونے پر اوتم اولاد پیدا کرنے کے واسطے بہوگ کا واجب سمے نہ سمجھنا چاہیئے۔

(۴) بہوگ کے سمے طبیعت بشاش اور سارا جسم اوجلا اور ستہرا ہونا چاہیئے اوس روز موسم کا اندازہ کر کے قدرے زیادہ دیر تک جسم کو کپڑے سے صاف کر کے نہانا مناسب ہے کیونکہ ویرج کا سبندہ جل سے بہت زیادہ ہے۔ خوراک نہایت نفیس مقوی اور زود ہضم استعمال کیجاوے خصوصاً

شام کو دودہ یا کہیر جسمیں مغز بادام چہوارہ الایچی وغیرہ مقوی اور مفرح چیزیں ڈالی جاویں اور موسمی میوہ جات تازہ جو کہٹے یعنے ترش نہوں استعمال نہ کیے جاویں۔ خوابگاہ کو پہولوں اور دیگر خوشبودار چیزوں سے سنیدہ اور خوشنما کیا جاوے۔ رات کے کہانے کے ایک پہر بعد بہوگ کرنیکا ارادہ کیا جاوے اوسوقت کسی قسم کا خوف یا رنج شرم یا غصہ وغیرہ مذموم اثر دل پر نہ ہوں دل کو یکسو کر کے اور پرماتما کا دہیان کر کے جس قسم کی اولاد کی خواہش ہو یعنے دہرماتما یا ودوان کم بہادر یا عقلمند اوسی قسم کی مرد اور عورت دونو اپنی پرکرتی یعنے سبہاؤ بنا لینا چاہئے

(۳) بہوگ کے سمے پرش کا داہنا اور استری کا بایاں سوالنس چلنا اور نیز پرش کا کبہی کبہی سوالنس کا روکنا رشیوں نے اچہا مانا ہے۔ پرش کے بائیں کروٹ لیٹنے سے داہنا سوالنس چلنے لگتا ہے۔ ویپریت آسن سخت نقصان پہنچانے والا سمجہا گیا ہے۔ اسیطرح اوتم اولاد کے واسطے بہوگ دو طرفہ ویگ اونپن ہو جانے کے پہلے اوچت نہیں سمجہا گیا ہے اور وانسائین آدی رشیوں نے پورن ویگ اوپنن کرنے کیواسطے ستن۔ ران وغیرہ مخصوص مقامات جسم کے مساس وغیرہ کی سفارش کی ہے۔ پورن ویگ کی اوستہا کی علامات جوش۔ بیتابی پسینا آنا و لرزش بدن وغیرہ کا پیدا ہونا بیان کی ہیں اور اونکا قول ہے کہ اسی اوستہا میں پورن سکہہ و اوتم گرہہ استہتی ہو ہے اور اسی اوستہا کے پراپت ہونے سے استری اور پرش میں سچا پریم اور پریت پیدا ہونا و قائم رہنا ممکن ہے۔

(۴) بہوگ کے پشچات نتیدہ ہوکر اور دودہ وغیرہ مقوی اور مفرح اشیاء استعمال کر کے استری اور پرش علیحدہ علیحدہ سورہیں اسی کو رشیوں کی اصطلاح میں گرہہادان سنسکار کہتے ہیں۔

پرشن۔ اگر اسقدر مقوی اور مفرح اشیاء وغیرہ میسر نہو سکیں تو کیا کرنا چاہئے؟

اوتر۔ کم از کم صرف دودہ ہی استعمال کر لیا جاوے۔ برخلاف اسکے کوئی نشہ اشیاء شراب افیون وغیرہ ہرگز نہ استعمال کرنی چاہئیں گرہہادان ریتی سے عموماً گرہہ کی استہتی یعنی حمل کا قیام ضروری ہو جاتا ہے۔ حمل کے بعد جب تک بچہ

پیدا ہو کر ایک برس کا نہ ہو جاوے استری پُرش کا بیوہار مناسب نہیں ہے اس عرصہ میں استری اور بچہ کی خوراک۔ پوشاک اور رہائش کا نہایت احتیاط کے ساتھ خاص انتظام کرنا مناسب ہے تاکہ کسیطرح رنج یا کوئی اور دوش عورت کی طبیعت پر اثر کر کے بچہ کو نقصان پہنچانیکا باعث ہو جاوے ٭

اس طریقے اور احتیاط سے جو بچے پیدا ہوتے ہیں وہ دنیا میں سب سے زیادہ سُکھ اور طاقت حاصل کرنے کے لائق ہوتے ہیں۔ اسی طریقے سے مہاراجہ رام چندر جی پسر مہاراجہ جسرت۔ راج رشی وسوامتر جی پسر راجہ گادی۔ بادراین رشی المعروف وید ویاس جی پسر پراسر رشی اور سکھدیو مُنی پسر ویاس جی وغیرہ مہاتماؤں کا ہندوستان میں ظہور ہوا اور جو جو کارنامے اونہوں نے کئے وہ عموماً ہندوستان کے آدمیوں سے پوشیدہ نہیں ہیں ٭

پس ہر ایک گرہستی کا خصوصاً جو اپنے تیئں دہارمک سمجھتے ہیں یا دہارمک بننا چاہتے ہیں فرض ہے کہ مذکورہ بالا طریقے سے اوتم اولاد پیدا کریں تاکہ وہ اپنی تیج اور پرتاپ سے تیزی عقل اور قوت بازو سے سنسار کے دکھوں کو کم کریں اور سکھوں کو بڑہاویں ٭

شنکا اول۔ آجکل کے زمانہ میں انسان وشے بھوگ کیطرف زیادہ مائل ہیں اول تو شادی ہونے سے پہلے ہی ویرج کو ضایع کرتے رہتے ہیں پھر شادی کے بعد عرصہ تک روزمرہ بلکہ دو دو اور زیادہ مرتبہ تک بھی بھوگ کرتے رہتے ہیں ایام حمل میں اکثر وضع حمل تک باز نہیں آتے اور بچہ ہونے کے بعد بھی اکثر فوراً شروع ہو جاتے ہیں۔ ایسے آدمیوں سے جبلاد ہرم کا انتظار کرتے ہوئے ہمیشہ کے واسطے ایک ایک ماہ تک ضبط کرنا اور پھر نو مہینے تک ایام حمل کے وقت اور ایک سال تک بعد پیدائش بچہ کے بہت مشکل ہے۔ پس بجائے اس رشیوں کیوقت کے طریقے کے زمانہ حال کی موافق کوئی آسان اور قابل تعمیل طریقہ بتلانا چاہیئے

سمادھان۔ جب سے سرشٹی رچی گئی ہے اور جب تک یہ بھی رہے گی دہرم کے قدرتی اصول ایک ہی طرح رہیں گے۔ قدرتی کام سورج و چاند کا دورہ۔ موسموں کا وقت مقررہ پر تبدیل ہونا وغیرہ جیسے رشیوں

کے زمانہ میں تھے ایسے ہی اسوقت بھی ہیں اسیطرح جو دہرم پراچین سمے میں
ہر برج ہتا وہ اب بھی عمل میں آسکتا ہے اور آرہا ہے *
جو کوئی سچے دل سے دہرم کو گرہن کرنیکا جتن کرتا ہے اوسکو خود بخود بتدریج
آسانی پیدا ہوتی جاتی ہے اور دہرم کا پہل سکھ پراپت ہونے کے سبب شوق
اور ہمت زیادہ بڑہتی جاتی ہیں۔ لیکن جو کوئی لاپرواہی یا کم ہمتی وغیرہ کے سبب
دہرم کو پالن نہیں کرتا دہرم اوس سے زیادہ دور ہوتا جاتا ہے اور اوسکے گرہن کرنے
میں زیادہ ہی زیادہ مشکلات دکھلائی دیتی ہیں۔ یہانتک کہ جیسے دہرم پر چلنے والے
کو دہرم کو توڑنا ناگوار معلوم ہوتا ہے اسیطرح دہرم سے اولنگھن کرنے والے کو دہرم
پر چلنا مشکل معلوم ہوتا ہے۔ اسی اصول کے موافق دہرم کے مکہہ انگ برہمچرج
سیون کرنے والوں کا خیالات پاکیزہ اور ویرج پشٹ ہوکر اون میں ضبط کی طاقت
اسقدر زیادہ ہوجاتی ہے کہ جب تک مناسب سمجہیں بھوگ سے پرہیز کرتے
رہیں۔ اور جنہوں نے برہمچرج سیون نہیں کیا ہو اونکے خیالات ناپاک اور
ویرج پتلا اور کمزور ہوکر جسطرح اگنی میں گہی ڈالنے سے اگنی زیادہ بھڑکتی اور تیز
ہوتی ہے اسیطرح جسقدر وشے بھوگ ہیں وہ سکھ کی خواہش کرکے پشٹ ہوتے
ہیں اوسیقدر چہوٹی اور ادہوری خواہش وشے بھوگ کی اون میں زیادہ زور
سے پیدا ہوتی ہے۔ روز بروز لذت کم آتی ہے۔ صحت بگڑتی جاتی ہے اور
آخرکار نامرد ہوجاتے ہیں۔ ایسے وشئی پرشوں کی اولاد یا تو ہوتی ہی نہیں یا مردہ
یا بہت کمزور انگ ہیں اور دایم المریض پیدا ہوتی ہے۔ یہ نقصانات تو دہرم
سے دردوہ وشے بھوگ کے معمولی حالت میں ہوتے ہیں لیکن ایام حمل میں
اس سے بھی زیادہ نقصانات کا اندیشہ ہے مثلاً حمل کا اسقاط۔ بچہ کو صدمہ
پہنچنے کا اندیشہ اور استری کی صحت بگڑنے کا خوف ہے۔ نیز جنہیں کی خوراک
بگڑجاتی ہے اور اوس میں پرورش کے اجزا کم رہجاتے ہیں۔ اسیطرح بچہ پیدا
ہونے کے بعد اگر جلدی بھوگ کیاجاوے تو استری کا دودہ بگڑجاتا ہے جسکے
سبب بچہ کو بہت نقصان پہنچتا ہے۔ پس اپنی صحت۔ استری کی صحت اور
بچہ کی صحت کو مدنظر رکھکر دہرم پر چلنے والوں اور دہرم کے متلاشیوں کو اور

اور نیز اونکو جو اوتم سنتان کی ابہلاشی ہیں صرف چند لمحوں کی عارضی خوشی وشئے
بہوگ سے پرہیز کرنا نہایت ضروری ہے غور سے دیکہا جاوے تو یہ رشیوں کا
طریقہ اون سب طریقوں سے بدرجہا عمدہ ہے جو آجکل کے مہذب دنیا کے
دور اندیش دنیا کی آبادی کو روز بروز بڑہتے ہوئے دیکہکر اوسکے کم کرنیکی فکر میں
عمل میں لار ہے ہیں مگر آبادی اور بدکاری دونو بڑہتی ہی چلی جاتی ہیں *

شنکا دوئم - پراچین رشیوں کا دہرم قانون قدرت اور علم طب کے موافق
ہے یا نہیں اور اگر ہے تو حکیم بو علی سینا وغیرہ حکمار کی رائے ہے کہ جب بلا وشیوں
کے خیالات کے یہ وبگ پیدا ہو اوسکو خواہش صادق سمجہکر پورا کر لینا مناسب
ہے بلا لحاظ اسکے کہ وہ کتنے کتنے وقفہ کے بعد پیدا ہو - پس اگر معمولی حالت میں
مہینے کے اندر یا ایام حمل و بعد پیدا ہونے بچہ کے آپکی ممباد سے پہلے شہوت
صادق پیدا ہو تو کیا کرنا چاہیے *

سمادہان - رشیوں نے بے شمار تجربہ اور روحانی شکتیوں کے جگانے کے بعد
قانون قدرت کی مدد سے دہرم کو پرگٹ کیا تہا اور علم طب از نہات آیورویدا اونکے
دہرم کا ایک انگ یعنے جزو سمجہا گیا ہے - پس رشیوں کا دہرم ان دونو کے موافق
ہے - لیکن جن پرشوں کا ذکر تم نے پہلی شنکا میں کیا ہے یعنے جنہوں نے اوائل
عمر میں ویرج کو ضایع کیا ہو یا بواہ کے پشچات وشئے بہوگ میں انیت لپٹ
رہے ہوں اونکو یا اونکی کمزور اولاد کو شہوت صادق پیدا ہونی اسبہو یعنے بعید
از قیاس ہے جیسے درخت پر پکے ہوئے آم میں ایک خاص قسم کا ذایقہ
اور عمدہ رس ہوتا ہے - لیکن کچے آم میں نہ ویسا رس ہوتا ہے نہ ذایقہ گو دیکہنے
اور کہنے میں دونو آم ہی ہوتے ہیں اسیطرح سے وشئی اور دہارمک پرش کا فرق
سمجہنا چاہیے گو ظاہرا دونو ایک جیسے ہیں - وشئی پرشوں کو کم از کم ایک برس تک
عالم با عمل مہاتماؤں کا ست سنگ کرکے اور اونکی ہدایت کے موافق نہایت
ہمت اور استقلال سے عملدرآمد کرنا چاہیے - تب اونکو شہوت صادق کا انوبہو
یعنے ٹہیک اندازہ ہوکر معلوم ہوگا کہ جسقدر ویرج کی ہم انوسار رکہشا کیجاتی ہے -
اوسیقدر زیادہ عرصہ میں شہوت صادق پیدا ہوتی ہے - لیکن جلدی جلدی ادہورا

وہ بگ پیدا ہو کر جو انسان کو بیقرار کرتا ہے وہ شہوت صادق ہرگز نہ سمجھنی چاہئے۔

شنکا سویم۔ اگرچہ دلیل سے کسیقدر مذکورہ بالا طریقہ اچھا معلوم ہوتا ہے۔ مگر تجربہ سے صاف معلوم ہوتا ہے کہ جسطرح وائو جل اور ان کے بغیر استعمال کے زندگی نہیں رہ سکتی اسیطرح نہیں تو ان تینوں کے بعد چوتھے درجہ پر بھوگ کا ہونا ضروری ہے پس کوئی ایسا اوپائے یعنے عملی علاج بتلانا چاہئے جسکے ذریعہ کم زور و برہمچاری والے بھی اوہورے وبگ کو روک کر میعاد مقررہ تک پرہیز کر سکیں۔

سمادہان۔ عام اوپائے حسب ذیل ہیں۔ خاص خاص حالتوں میں عالم باعمل مہاتماؤں سے مشورہ کرنا چاہئے۔

(۱) جہانتک ممکن ہو ایکانت میں اور بغیر معمولی وقت میں استری پرش آپسمیں نہ ملیں۔

(۲) جیسے گندگی وغیرہ پر نظر پڑجاوے تو اوچٹتی نگاہ سے اوسکو دیکھ کر اوسکے اثر سے بچنے کی کوشش کیجاتی ہے اسیطرح سے اگر اتفاقیہ وبشئوں کا ذکر کان میں پڑ جاوے یا کتاب میں لکہا دکھلائی دیجاوے یا استری پرش کا ایکانت میں میل ہوجاوے یا ایک دوسرے کے اوپنگوں یعنے اجزائے جسم پر نگاہ پڑجاوے تو اوس طرف شوق کے ساتھ زیادہ توجہ نہ دینی چاہئے تاکہ اوسکا نقش من پر زیادہ نہ جم سکے۔ بدنگاہ سے دیکھنا بھی دہارمک پرشوں کے خیال کے بموجب ایک قسم کا بھوگ ہے۔

(۳) سنکلپ یعنے خیال کو بھی جہانتک ممکن ہو وبشئوں کیطرف نہ جانے دینا چاہئے حواسوں اور من کو عمدہ اور دلچسپ اور پاک باتوں میں اسقدر لگائے رکھنا چاہئے کہ اونکو دوسری طرف جانیکی فرصت ہی نہ مل سکے۔ سوکہشم درشٹی والے مہاتما وبشئے کے سنکلپ کو بھی ایک قسم کا بھوگ کہتے ہیں۔

(۴) ویایام یعنے ورزش جسمانی روزمرہ اسقدر کیجاوے کہ بدن خصوصاً دونو بائیں اچھی طرح تھک جاویں۔

(۵) اپنی مزاج کا لحاظ رکھ کر زیادہ محرک یعنے گرم تاثیر والی و ترش اشیائے استعمال نہ کیجاویں اور بہت گرم گرم دودھ بھی نہ پینا چاہئے۔

(۶) معمولی سادی غذا ساگ دال وغیرہ کی عادت ڈالنی چاہئے مقوی اور چکنی چپڑی غذا خصوصاً عرصہ دراز تک نہ کہانی چاہئے *

(۷) اپنی طاقت کے موافق آٹھویں یا پندرہویں دن یا مہینے پیچھے برت رکہنے یعنے فاقہ کی عادت ڈالنی چاہئے تاکہ ویرج کی چنچلتا دبی رہے *

(۸) عالم باعمل مہاتماؤں کا ست سنگ تلاش کرکے حاصل کرے اور جسقدر زیادہ حصہ وقت کا ست سنگ میں لگایا جاسکے عمدہ ہے کم ازکم ہر روز چوبیس گھنٹہ میں ایک گھنٹہ ست سنگ میں ضرور لگانا چاہئے تاکہ اوسکا اثر باقی تیئیس گھنٹہ تک موجود رہے۔ اگر عمدہ ست سنگ میسر نہ ہوسکے تو اچھے مہاتماؤں کے بنائے ہوئے دہرم سمبندہی گرنتہہ یا علمی مضامین کی کتب جنمیں فحش یا ناپاک خیالات نہ ہوں دیکھنے میں کم ازکم ایک گھنٹہ خرچ کرنا چاہئے اور جو جو ہدایات اپنے حسب حال ملیں اونپر سچے دل سے عملدرآمد شروع کردینا چاہئے *

(۹) اگر رہن گت یعنے پیشہ وغیرہ کیوجہ سے مذکورہ بالا اوپائے نہ استعمال کئے جاسکیں تو اوس رہن گت کو مناسب طریقہ سے تبدیل کرنا لازم ہے *

(۱۰) سب سے بڑا اوپائے یہ ہے کہ سنتوش یعنے صبر وضبط کی عادت کو اختیار کرنا اور بڑہاتے رہنا چاہئے چنانچہ ایک عام مثال اس بارہ میں لکھی جاتی ہے۔ افیونی آدمی جب قید ہوجاتا ہے تو مناسب اور نامناسب ہر ایک ذریعہ سے کوشش کرتا ہے کہ کسی طرح سے افیون لے اور ناکامیابی کی حالت میں نہایت بیقرار بلکہ اکثر قدرے بیمار بھی ہوجاتا ہے لیکن آخرکار بدرجہ لاچاری صبر اور ضبط کرتا ہے جسکے سبب کچھ عرصہ میں اوسکی افیون کہانے کی عادت چہوٹ جاتی ہے۔ اسیطرح سے جب کوئی شخص بلا قید وغیرہ کی لاچاری کے صرف ارادہ کے زور سے کسی برائی کو چہوڑنے اور اچھائی کو اختیار کرنے کیواسطے صبر وضبط کی عادت اختیار کرتا ہے تو تہوڑے عرصہ میں ہی کامیاب ہوجاتا ہے دہارمک پرش کو بھی اسیطرح وشئی من روپی شترو کو ست سنگ اور وچار روپی قلعہ میں قید کرنا چاہئے۔ تہوڑے دن میں کامیابی حاصل ہوجاویگی صرف سچا اور مستقل ارادہ درکار ہے *

شنکا چہارم۔ جس طرح سے برہمچرج کے درجہ مقرر کئے ہیں اسی طرح سے
وِرِنِشٹی پرشوں کے سبہاؤ کو بدلنے کیواسطے اس طریقہ میں درجے قایم کئے جا سکتے
ہیں یا نہیں ؟

سماد ہان۔ اوتم ادہکاری کو تو مذکورہ بالا اصول اور اوسکے متعلق بحث پر عملدرآمد
کرنا چاہئے۔ اور ہر ایک شخص کو اوتم ادہکاری بننا چاہیے۔ جنکو لڑکپن سے شاریرک
مانسک اور آتمک دہرم پالن کرنیکا موقعہ دیا جاویگا وہ آسانی سے اس طریقہ
پر عمل کرکے فایدہ اوٹھا سکینگے۔ اور موجودہ اشخاص جنہوں نے اس
اصول کو ناواقفیت میں توڑ کر عادت کے درجہ پر پہنچا دیا ہو اونکو درجہ بدرجہ
پھر اصلاح پذیر ہونا چاہئے۔ اونکے واسطے حسب ذیل تین درجے قایم کئے
جاسکتے ہیں:۔

(۱) مدہم ادہکاری کو کوشش کرنی چاہئے کہ مہینے میں دو مرتبہ سے زیادہ
بہوگ نہ کرے۔ گربہ استہتی کے چار ماہ بعد سے قطعی پرہیز کرے اور یہ
پرہیز اوسوقت تک رہے جبتک بچہ چہہ ماہ کا ہو جاوے ؂

(۲) کنشٹ ادہکاری کو لازم ہے کہ مہینے میں تین مرتبہ سے زیادہ بہوگ نہ
کرے۔ گربہ استہتی کے پانچ ماہ بعد سے قطعی پرہیز کرے اور بچہ پیدا ہونے
کے چار ماہ بعد تک پرہیز رکھے ؂

(۳) اتینت کنشٹ ادہکاری کو مہینے میں چار مرتبہ سے زیادہ بہوگ نہ کرنا
چاہئے۔ گربہ استہتی کے چہہ مہینے بعد سے قطعی پرہیز کرے اور بچہ ہونے کے
بعد تین ماہ تک ضرور پرہیز رکہنا چاہئے ؂ اس سے زیادہ تجاوز کرنا ادہرم سمجہنا
چاہئے اور اوس ذریعہ سے جو اولاد پیدا ہوتی ہے وہ محض شودر درجے اور
غلامی اور خدمتگاری کے لایق ہوتی ہے اور ایسی ہی کام کرتی ہے ؂

شنکا پنجم۔ اس قسم کا ضبط نفس زمانہ حال کی دہرم سبندہی پستکوں میں سے
کسی خاص پستک میں کم پایا جاتا ہے ؂

سماد ہان۔ جب امن اور آزادی سے دنیا کا بیوپار اور اوتم اوپدیشکوں کا ظہور
ہوتا ہے تمید اودیا روپی شتر و اور اوسکی وششٹ مریادا روپی سینا کو شکست

کرنیکے واسطے اس قسم کا نرنے کرنا ضروری ہوتا ہے کیونکہ ایسے نرنے سے دہرم کی ترقی ہوکر
منش ماتر کو لابھ پہنچتا ہے۔ دیرگہہ درشٹی والے مہاتما ہمیشہ برتمان برائیوں پر بحث کرنا
اور اونکے دور کرنیکا اوپائے بتلانا سچا پروپکار سمجھتے رہے ہیں کیونکہ برائی کو چھپانے یا نظر
انداز کرنے سے وہ طاقت پکڑتی ہے اور ظاہر کرنے اور زیر بحث لانے سے وہ کمزور ہوکر
معدوم ہوجاتی ہے۔ پراچین سمے کے مہاتما اس قسم کا اوپدیش زیادہ تر زبانی ہر ایک کے
حسب حال کیا کرتے تھے اور اشارتاً کتابوں میں بھی لکھتے تھے۔ ویسے مہاتما موجود نہیں اور
اونکی کتابوں کے پڑھنے کا رواج نہیں رہا۔ جسکا نتیجہ یہ ہے کہ عموماً امیروں کے بچے اوباش
اور جاہل نوکروں کے ذریعہ اور مفلسوں کے بچے دیگر ہم عمر اوباش بچوں کے ذریعہ بہت ہی
چھوٹی عمر میں برہمچرج کی مہانتا نہ جانتے ہوئے ویرج کو نشٹ کرنے لگتے ہیں اور پہر زندگی
بہر ذلت اور پشیمانی کیحالت میں پہنچاتے رہتے ہیں ۔

**بچہ کی پیدائش** پورن گرہاوان ریتی سے جو اولاد پیدا ہوتی ہے اوسکی پیدائش کیوقت
زچہ کو بہت کم تکلیف ہوتی ہے اور آیندہ پرورش میں بھی بہت سہولیت ہوتی ہے کیونکہ وہ
سنتان شروع سے ہی صحت مند بدہی مان اور بلوان ہوتی ہے ۔

گرہاوان ریتی کو اولنگہن کرنے سے جو اولاد ہوتی ہے۔ جسدرجہ تک تجاوز کیا جاتا ہے
اوسی اندازہ اوسکی پیدائش کیوقت تکلیف اور آیندہ پرورش میں دقت ہوتی ہے کیونکہ وہ
اولاد شروع سے ہی دائم المریض اور نربدہی ہوتی ہے ۔

بچہ کی پیدائش شدہ استہان میں ہونی چاہئے جو زیادہ ہوادار یا ٹھنڈا یا نم ہو مگر ایسا بند بھی نہو
کہ جسمیں روشندان و ہوادان یا ایسے سوراخ بھی نہوں کہ جنکے ذریعہ سے تازی ہوا کی آمد اور
اندر کی خراب ہوا اور دہوئیں وغیرہ کا نکلنا دشوار ہو تنگ و تاریک مکان میں بیشمار کوئلوں
وغیرہ کا جلانا اور اوسمیں بہت سی بہیڑ و شور و غل کا ہونا اور پہر عرصہ تک اوس مکان کو غلیظ رکہنا
زچہ اور بچہ دونو کی صحت کو نقصان مند ہے۔ ایسے وقت میں اگر زچہ یا بچہ کو کوئی دماغی یا
اعصابی بیماری لاحق ہوجاوے جسکا اکثر احتمال ہوتا ہے تو سمجھدار طبیب کے ذریعہ علاج
کرانا مناسب ہے۔ گنڈہ تعویذ میں وقت ضایع نہ کرنا چاہئے ۔

**لڑکا اور لڑکی ایک نظر سے دیکھنے چاہئیں** جب بچہ پیدا ہو تو لڑکا ہو یا لڑکی اوسکو ایک جیسا پیار اور ایک جیسی غور و
پرداخت کرنی مناسب ہے یہ نہیں کہ لڑکا ہو تو بے اندازہ خوشی کیجاوے

اور لڑکی ہو تو رنج اور اوس معصوم اور اوسکی ماتا کو حقارت اور نفرت سے دیکھنا شروع کیا جاوے۔

**لڑکیوں کی فضیلت اور اونکی اوستھا**

ایک زمانہ تھا کہ جس ملک قوم اور خاندان میں لڑکیوں کو محبت اور عزت سے دیکھا جاتا ہے اور اونکی تعلیم و تربیت میں پوری کوشش کیجاتی ہے اونکو ہی دنیا کی ساری نعمتیں حاصل ہوتی ہیں یہ مہاتما لڑکیوں کی اوستھا کو چار درجوں میں تقسیم کرکے اونکا نام کنیا دھرم۔ استری دھرم اور ماتری دھرم اور ودھوا دھرم رکھتے ہیں۔ جنکا ذکر اس جگہ کرنا مناسب معلوم ہوتا ہے۔

(۱) کنیا دھرم۔ پیدا ہونے سے بواہ تک کنیا دھرم رہتا ہے اس اوستھا میں لڑکی کو دیوی روپ سمجھکر نہایت محبت اور خاطرداری سے اوسکی پرورش کرنی چاہئے اور زمانہ کی رفتار کے موافق نہایت محنت اور کوشش سے اوسکو تعلیم دینی چاہئے۔ لڑکی کو بھی اس اوستھا میں ماتا پتا اور اودھیاپک کی مرضی کے موافق چلکر اوتم رتنی سے برہمچرج سیون کرنا چاہئے۔

(۲) استری دھرم۔ بواہ ہونے سے مرتیو پرینت یہ دھرم رہتا ہے اسی کے انترگت ماتری دھرم اور ودھوا دھرم بھی ظہور پذیر ہو جاتے ہیں۔ اس اوستھا میں استری کو بجائے ماتا پتا اور اودھیاپک کے اپنے پتی کو اپنا سچا مالک سمجھکر اوسکی آگیا پالن کرتے ہوئے اپنے پتی برتا دھرم کو پالن کرنا چاہئے۔ اور اتی اوتم۔ سورما اور بلوان دھرماتما اور بدھی مان سنتان اوتپتن کرنی چاہئے۔

(۳) ماتری دھرم۔ اس اوستھا میں علاوہ استری دھرم کے بچوں کو اوتم سکھشا دینا بھی ماتا کا مکھ دھرم ہے کیونکہ جیسے شروع میں ہی درخت کی شاخوں کو جسطرف جھکاؤ جھک جاتی ہیں اسیطرح میں بچپن میں ہی عمدہ دھرم سکھشا دینے سے بچے پچے اور پورے دھارمک بن سکتے ہیں اور اسیواسطے ماتا کو ایک سو اودھیاپک یعنے معلم کے برابر کہا گیا ہے جتنے دھارمک پُرش اور بڑے مشہور آدمی ہوئے ہیں اونہوں نے عموماً اپنی ماتا سے ہی اوتم سکھشا حاصل کی ہے۔

(۴) ودھوا دھرم۔ جب پتی مرجاوے تب سے یہ دھرم شروع ہوتا ہے اس اوستھا میں بہت چھوٹے بچے ہوں تو اونکی پرورش مقدم سمجھنی چاہئے۔ ورنہ دھرم کو جاننے اور پالن کرنے اور پرچار کے واسطے اپنی زندگی کو وقف کردینا چاہئے۔

**بچوں کی سکھشا یعنے تعلیم**

لڑکوں اور لڑکیوں کو ایک نظر سے دیکھتے ہوئے ماتا پتا کو اونکا

نام آسان عمدہ اور بامعنی رکھنا چاہئے۔ کیونکہ جیسا نام ہوتا ہے اوسکا اثر بھی کسیقدر آدمی کے چال چلن پر ضرور پڑتا ہے۔ اونکو ضد کرنا سکھلانا یا نامناسب لاڑ اور فحش گالیاں سکھلانا یا بار بار دھمکانا اور ڈرانا ہرگز نہ چاہئے +

بچوں کے سامنے ماں باپ اور دیگر رشتہ داران کو اپنا چال و چلن عمدہ رکھنا چاہئے کیونکہ اون میں تقلید یعنے نقل کرنے کا مادہ زیادہ ہوتا ہے وہ جیسا اوروں کو کرتے دیکھتے ہیں ویسا ہی کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور کرنے لگتے ہیں +

فحش ناموزون تکیہ کلام خراب عادات مثلاً مکھی وغیرہ جانوروں کو پکڑنا اور مارنا ناک میں اونگلی ڈالنا اور غلاظت کو نکالنا۔ خاص خاص مقامات جسم گردن وغیرہ کو ہلانا یا کھجاتے رہنا۔ جہاں بیٹھنا وہاں تنکا یا کاغذ کے ٹکڑے کرکے کوڑا کرتے رہنا۔ زمین پر نقش وغیرہ کرتے رہنا۔ بالوں کو روکھا اور اولجھا ہوا رکھنا۔ دانتوں کو کریدتے رہنا یا کان کا میل نکالتے رہنا۔ تھوکتے یا دھتکار لیتے رہنا اونگلیوں کو چٹخانا وغیرہ حرکات سے خود بھی پرہیز کرنا چاہئے۔ اور بچوں کو بھی محفوظ رکھنا چاہئے۔ جب بچوں سے کسی کام کرنے کو کہا جاوے تو اندازہ کرلینا چاہئے کہ وہ اوس کام کو کرنے کی لیاقت و طاقت رکھتے ہیں یا نہیں جسکو وہ نہ کرسکتے ہوں اوس کام کے کرنے کو اونکو ہرگز نہ کہنا چاہئے جب ایسا کام جسکو وہ کرسکتے ہوں کرایا جاوے اور وہ اوسکو نہ کریں یا عمدگی سے نہ کریں تو مناسب تنبیہ کرکے وہ کام کرالینا چاہئے تاکہ وہ فرماں برداری کی عادت سیکھیں اور عدول حکمی کی خراب عادت سے محفوظ رہیں۔ اگر بغیر ارادہ کے بچہ سے کوئی غلطی ہوجاوے تو سزا نہ دینی چاہئے +

اگر بچہ کسی نامناسب بات پر ضد کرے تو بجائے اسکے کہ دھمکا کر یا دھوکہ دیکر اوسکو بہلانے اور ضد سے باز رہنے کی کوشش کیجاوے اوسکو محبت اور نرمی کے ساتھ صاف صاف اور مناسب طور پر وجوہات بتلا کر اوس ضد سے ہٹانا چاہئے +

سب سے بڑی سکھشا جو بچوں کو دینی چاہئے وہ یہ ہے کہ وہ ہر حالت میں سچ بولنے کی کوشش کریں اور جھوٹ بولنے کو مہا پاپ سمجھکر اوس سے ڈریں۔ اونکو سنت کا برت دھارن کرنے کی عادت ڈلوائیں یعنے ہر آٹھویں یا پندرھویں

دن ایک روز دن اور رات میں پکا ارادہ کر کے وہ سچ ہی بولیں۔ آزمائش کے وقت سچ بولنے پر بچوں کی حوصلہ افزائی کرنی چاہیے جب بچہ پانچ برس کی عمر سے تجاوز کرے تب آہستہ آہستہ جملہ شاریرک و مانسک دہرم کی سکھشا دینی چاہیے

پرشن۔ بچوں کو پرماتما کا نام جپنا اور اوسکی پرارتھنا کرنی کی سکھشا نہیں تبلائی گئی کیا بچپن سے ہی پرارتھنا وغیرہ میں اونکو لگانا اون کو آیندہ زندگی میں دہارک بنانے کو مفید نہیں ہے ؟

اوتر۔ بچوں کے واسطے شاریرک و مانسک دہرم کا پالن کرنا ہی زیادہ ضروری فرض سمجھنا چاہیے۔ جیسے جیسے وہ شاریرک دہرم کے کچھ سادھن مثلاً پرانایام یعنے ورزش کے ذریعہ اونم ودیا حاصل کرتے جاوینگے ویسے ویسے اونکی روحانی شکتیاں خود بخود عمدہ طرح جاگنی شروع ہونگی اور اوسوقت وہ پرماتما جیسی اتینت سوکشم و نرا کار شکتی کو جانے اور عزت کرنے کے لایق ہونگے اگر روحانی شکتیوں کے جاگنے سے پہلے طوطے کی طرح اون کو پرماتما کا نام اور پرارتھنا بتلائی جاوینگی اور وہ اونکو بغیر محسوس کرنے کے رٹنے لگے تو اونکو سچا پریم ~~پیدا~~ انہیں ہو سکے گا۔ یا قدرتی وقت سے پہلے روحانی شکتیاں نہایت کمزوری کے ساتھ پیدا ہونی شروع ہونگی اور جلدی مرجہا جاوینگی۔

**بچوں کے فرائض متعلق والدین**

جیسے ماں باپ و دادہیا یک کا فرض بچوں کو عمدہ سکھشا دینے کا ہے اسی طرح بچوں کے فرائض بھی ہیں جو اونکو والدین وغیرہ کے ساتھ عمل میں لانے چاہئیں جن میں سے بڑے فرائض یہ ہیں کہ بچے ہمیشہ اون کے ساتھ سچی محبت اور پوری عزت اور ادب کے ساتھ پیش آویں اور بڑھاپے میں اون کی پرورش اور دلجوئی کرتے رہیں۔ لڑکیاں اپنے ماتا پتا کی طرح ہی ساس سسر وغیرہ کی عزت ادب اور خدمت کرنا اپنا فرض سمجھیں اور ساس وغیرہ بھی اپنی بہوں کے مثل اپنی بیٹیوں کے محبت اور ہمدردی سے برتاؤ کریں۔

**پریم گرہست دہرم کا کچھ انگ ہے**

یہ مختصر فرائض گرہست دہرم کے لکھے گئے ہیں۔ ان سب کو پریم کی چاشنی کے ساتھ عمل میں لانا چاہیے۔

جیسے شنار پرک دہرم ہیں ویا یام ۔ مالنک دہرم ہیں برہمچرج اور آتمک دہرم ہیں اوپاسنا کہہ سادہن ہیں اسی طرح سے گرہست دہرم میں پریم کو سمجہنا چاہئے۔ پریم سے مراد دلی محبت کی ہے جہاں سچا پریم ہوتا ہے۔ وہاں کسی قسم کی کشمکش اور راگ دویش کی کارروائی نہیں ہوتی ہے اگر اتفاقیہ ہو بھی جاوے تو پریم کی رسّی ایسی مضبوط ہے کہ اوسکو کوئی باد مخالف خواہ کیسی ہی تُند ہو ہرگز نہیں توڑ سکتی جسطرح پرمانوں یعنے چھوٹے چھوٹے ذروں کے ملنے اور باہمی کشش سے پرتہوی نمودار ہوئی ہے اور سارے کام نیم پوربک کر رہی ہے اسی طرح سے چند شخصوں کا میل ہوکر گرہستی بنتی ہے اور پریم کی کشش سے سارے سُکھ پراپت ہوتے ہیں۔ ایک کوی کا واک ہے:

جہاں پریم ست اور بنا ئے وہاں وِگھن کوئی نہیں آئے

---

# جلد اول حصہ پنجم ساماجک دھرم

# یعنی فرائض قومی

**ساماجک دھرم کی ویاکھیا**

گرہست دہرم کے ہر ایک قسم کے فرقے کے
لائق و تجربہ کار اشخاص کا باہم ملکر اپنی مشترکہ اغراض و فوایدپر غور و فکر
کرنے کو ساماجک دھرم کہتے ہیں *

شاریرک دہرم پالن کرنے سے جسمانی صحت عمدہ ہوتی ہے مگر اُس سے
زیادہ ضروری مانسک دہرم ہے جسکے ذریعہ من اور اندریاں قبضہ مین رہتی ہیں۔
مانسک دہرم سے زیادہ ضروری آتمک دہرم ہے اور اُس سے آتما کی جو شریر کا مالک ہے
بے شمار طاقتین ٹھیک ٹھیک طرح ظاہر ہوتی ہیں ان تینون دہرمون کا
ہر ایک شخص کی ذات واحد سے تعلق ہے اور ان تینون دہرمون کو گرہست
دہرم سے سہارا ملتا ہے جسمین مذکورہ بالا تینون دہرم کے پالن کرنے والے
کئی شخص ہوتے ہین اور اسواسطے گرہست دہرم پہلے تینون دہرمون سے
زیادہ ضروری ہے اور گرہست دہرم کی ترقی ساماجک دہرم کے ذریعہ
عمدہ طرح ہو سکتی ہے اسواسطے ساماجک دہرم سب بنیادی دہرمون سے
زیادہ مقدم سمجھکر ہر ایک شخص کو اس دہرم کی ترقی میں سچے دل سے کوشش
کرنی چاہیے کہ جس قوم میں ساماجک دہرم اچھی طرح پالن کیا جاتا ہے اُس
قوم مین فرداً فرداً اگر کوئی شخص بے اعتدالی بھی کر لیتا ہے تو زیادہ نقصان
نہیں ہوتا۔ اور جس قوم میں ساماجک دہرم کا پالن کرنے کا عمدہ انتظام نہین

ہوتا ہے اس قوم مین فرداً فرداً خواہ کیسے ہی نیک اور لائق اشخاص ہون وہ اپنے
تئین اور اپنی قوم کو جیسا چاہیئے فایدہ نہیں پہنچا سکتے +

جسطرح ساماجک دھرم سب دنیاوی دھرمون میں زیادہ مقدم ہے اسیطرح
اُس کی ترقی کے واسطے نہایت اعلےٰ درجہ کے دہارمک پرش اور ودوان اور بُدہی
مان اشخاص کی ضرورت ہے - جو شب و روز نہایت غور و فکر کے ساتھ نکش
اور نِسوارتھ ہو کر قومی بہبودی کی عملی تدابیر سوچتے رہیں یہ نہیں کہ چند ناتجربہ
کار نوجوان دنیاوی خواہشات میں بھرے ہوئے ایک خاص وقت میں جمع ہو کر
لکچر بازی کر لین یا آنکھین بند کر کے حفظ یاد کی ہوئی پرارتھنا کر لیں اور سمجھ لین
کہ یہی ساماجک اونتی ہے +

ساماجک اونتی کیواسطے قوم کے جملہ دہارمک پرشون بدہی مان ودوان
ہنرمند - دولتمند - عمر رسیدہ اور خاندانون کے پرتشٹت اصحاب غرضکہ
ہر قسم کی لیاقت والون مین سے ایک کافی تعداد منتخب ہونی چاہیئے اور یہ
انتخاب ہر سال - یا تیسرے سال یا پانچوین سال دوہرایا جانا چاہیئے +

**ساماجک اونتی کی کامیابی اور ترقی کے وسایل -**

ساماجک اونتی کے واسطے جسقدر عالم باعمل اور
سچے جوش و ہمت والے آدمی زیادہ شریک ہوتے ہین
اسی قدر زیادہ کامیابی ہوتی جاتی ہے +

ساماجک اونتی کی کامیابی کے واسطے یہ بھی ضروری سمجھنا چاہیئے کہ ایک
عام رائے یعنی پبلک اوپینین قایم کیجاوے - پبلک اوپینین کو جسقدر زیادہ
تقویت دیجاوے گی جسقدر اسکی زیادہ عزت کیجاوے گی اسی قدر
زیادہ عمدہ طرح ساماجک اونتی ہو سکے گی اور اس کے ذریعے بیشمار فوائد حاصل
ہونگے +

پبلک اوپینین کو مضبوط کرنے کا عملی طریقہ یہ ہے کہ جب کوئی شخص خواہ
کیسی ہی چھوٹی حیثیت کا ہو کوئی نمایان کام کرے تو اس کی پوری داد دیجاوے
تاکہ اوردن کو بھی ویسے کام کرنے کا شوق ہو - اور جب کوئی شخص خواہ کیسی
ہی بڑی حیثیت کا ہو کوئی نامناسب کام کرے تو فوراً اسی وقت اس کی نسبت

کوئی ایسی کاروائی تجویز ہونی چاہیے کہ بلا لحاظ اس کی دولتمندی۔ حکومت
رسوخ ذاتی وغیرہ کے اس کے لئے شرم دینے والی ہو۔ مگر وہ شرم ایسی نہو
جس سے وہ بے شرم ہو جاوے۔ اس طرح سے شروع مین ہی گرفت ہونی
سے ہر ایک پرتشٹت منش کو خوف رہیگا وہ خواہ کیسے ہی بڑے رتبہ وغیرہ
کا ہو ساماجک اونتی کے نیموں کے برخلاف کام کرنے کی دلیری نہیں کر سکیگا
اور مجموعی حالت مین کوئی برائی نہ پھیل سکے گی +

اگر شروع مین بڑے آدمیون کی نامناسب کاروائیون سے یہ خیال کرکے
کہ پبلک کے سامنے بدنامی ہوگی یا وہ بڑا آدمی علیحدہ ہو جاوے گا اور ساماجک
اونتی کو ہانی پہونچے گی چشم پوشی کیجاتی ہے یا کم حیثیت شخص کی خدمات
کو اس خیال سے کہ اُس کی زیادہ شہرت ہوگی اور وہ پرتشٹت آدمیون سے سبقت
لیجاوے گا جسکے سبب وہ ناراض ہونگے نظرانداز کیا جاتا ہے۔ تو خدمات
کرنے والون کا دل شکستہ ہو جاتا ہے اور ان کی حق تلفی کو دیکھ کر دوسرے
آدمی بھی نرالتساہ ہو جاتے ہین۔ ترقی رک جاتی ہے۔ اخلاقی جرأت زائل
ہو جاتی ہے اور پبلک اوپنین کمزور اور نکمی ہو جاتی ہے +

ساماجک اونتی مین اعلےٰ درجہ کی لیاقت والے اور دور اندیش آدمی ہونے
چاہئیں اور ہر ایک معاملے مین اُن کو نہایت سچائی اور انصاف کے ساتھ نرپکش
ہو کر بحث و مباحثہ کرنا چاہیے۔ مگر جب کثرت رائے سے کوئی بات منظور ہو جاوے
تو اُس کو خواہ وہ تجویز اُن کے ذاتی رائے کے برخلاف ہی ہو قبول کرنا واجب ہے
غرضیکہ اپنی رائے کو آزادی سے دینا۔ دوسرون کی رائے کو غور و تحمل سے
سُنتا۔ کثرت رائے کے فیصلے کو قبول کرنا۔ پبلک اوپنین کے پیمانہ کو زیادہ
بڑھاتے رہنا اور اُس کو ہمیشہ مضبوط کرنا اور متبرک سمجھنا۔ یہ سب باتین ساماجک
اونتی کی کامیابی اور ترقی کے وسائل ہیں +

جیسے شریر روپی نگر میں آتما روپی راجہ۔ بذریعہ ویرج عمدہ راج کر سکتا ہے
اسی طرح سے ساماجک اونتی روپی درخت کو دہن روپی جل سے جس قدر زیادہ سینچا
جاتا ہے۔ اسی قدر زیادہ مضبوط و شاداب ہو کر وہ زیادہ پھلدار ہوتا ہے +

**رسم و رواج کو دہرم کے انوسار قایم کرنا۔**

ساماجک اونتی کے ذمہ دار اشخاص کا فرض ہے کہ جو رسم و رواج مروجہ پر غور کرتے رہیں اور ان میں مناسب ترمیم بھی کرتے رہیں۔ جس طرح سے کسی باغیچہ میں اگر ہمیشہ کانٹ چھانٹ نہوتی رہے تو وہ بھیانک جنگل کی طرح ہو جاتا ہے۔ اسی طرح رسم رواج میں بھی وقتاً فوقتاً ترمیم نہوتی رہے تو وہ بجائے فایدہ کے نقصان دہ ہو جاتی ہیں۔ جبکہ دہرم کے ایک خاص انگ راج نیت کے قانون میں جب سے وہ جاری ہوتے ہیں برابر ترمیم ہوتی رہتی ہے تب وہ قابل تعمیل رہتے ہیں تو دہرم کے دیگر انگون مین بھی جو رسم و رواج کی شکل میں ہیں ترمیم کا ہونا ضروری ہے*

**پیدایش بواہ اور موت کے تعلق قواعد بنانا۔**

یہ قواعد بھی اگرچہ رسم و رواج میں شامل ہیں تاہم زیادہ ضروری ہونے کے سبب انکا علیحدہ ذکر کرنا مناسب سمجھا گیا ہے۔ ان رسوم میں ایک یہ امر مدنظر رہنا چاہیے کہ روپیہ اسقدر کم لگے کہ دولتمند اور مفلس سب آسانی اور برابری سے ادا کر سکیں۔ البتہ دولتمندون کی واسطے قومی کامون میں امداد دینے کی ترغیب ہونی چاہیے۔ پیدایش کی رسوم ایسی نہ ہون جنکے ادا کرنیمین بچہ یا زچہ کی صحت بگڑنے کا اندیشہ ہو بلکہ اونکی صحت کو فایدہ پہونچنے کی امید ہونی چاہیے۔ بواہ کی رسوم ایسی ہونی چاہئیں جنسے استری پرش اور اونکے جملہ رشتہ دارون میں پریم اور پریتی بڑہے اور اونکے ادا کرتے وقت سچی خوشی حاصل ہو موت کی رسوم بھی سیدہی اور مختصر ہونی چاہئیں جنسے مرتیو شرپر کے تتا اپنے اپنے بھنڈار مین جلدی ملجاوین اور مرتیو شریر کے سنبندہیون کو ان رسوم کے ادا کرنے میں ایسی تنگدستی نہ اوٹھانی پڑے جس سے وہ بیمار ہو جاویں*

**میلون کی ترقی و آسایش کے سامان بہم پہونچانا۔**

بڑے بڑے مہاتماون اور ان بزرگون کی یادگار میں جنہون نے دہرم کے پھیلانے اور شکشا کے بہم پہونچانے مین کوشش کی ہو جو میلے یادگار کیلیے قایم کئے جاتے ہیں اور موجودہ میلون کو زیادہ مفید بنانے کی کوشش کرنی چاہیے*

ودیا کے پھیلانے کی تدابیر کرنا۔ پرا اور اپرا ودیا یعنے دنیاوی و روحانی علوم و فنون کی پہلو بہ پہلو ترقی ہونے کا انتظام بھی ساماجک اونتی کے ذمہ دار اشخاص کو کرنا چاہئے۔ دنیاوی علوم کیواسطے قومی مصنف قومی کمیٹی قومی تعلیم گاہ اور قومی دار العلوم یعنے یونیورسٹی اور روحانی تعلیم کے واسطے اوتم اوپدیشک اور اوپدیشکہ بہم پہونچانے ضروری ہیں اور دہرم کی مہما او کسکے خاص خاص ضروری انگوں کی تعمیل کے طریقے اور فایدے عام فہم زبان میں اور چھوٹے چھوٹے رسالوں کی شکل میں شایع ہونے چاہئیں۔

**بہگتی یعنے عبادت کے سہل اور مفید طریقے رایج کرنے**

ہر ایک شخص کی علمی لیاقت و عقل و خیالات مختلف ہوتے ہیں اور سب اپنی طبیعت اور لیاقت کے موافق پرماتما کی بہگتی یعنے عبادت کرنا چاہتے ہیں۔ پس اون اشخاص کے حالات اور مانسک اونتی کا لحاظ رکھکر استہول سے سوکہشم تک سلسلہ وار طریقے عبادت کے قایم کرنی چاہئیں واصل پرماتما کی بہگتی کیواسطے سچے شوق اور صاف دلی کی ضرورت ہے جو کم عقل اور زیادہ عقل والے خوانندہ اور ناخوندہ سب کوشش سے حاصل کر سکتے ہیں۔ لیکن انسان میں ایک ایسی خاصیت ہے کہ وہ صرف اپنے طریقہ عبادت کو اچھا سمجھتا ہے اور دوسروں کو برا۔ ایسی وجہ سے تعصب اور باہمی نفاق پیدا ہوتے ہیں۔ اور معقول پسند اور صلح جو اصحاب اوس تعصب اور نفاق کی اگنی سے پرے رہنے کے واسطے اکثر مذہب کیطرف سے اوچاٹ ظاہر کر دیتے ہیں پس ساماجک اونتی کے ذمہ دار اشخاص کی کوشش ہونی چاہیے کہ مختلف طریقے بھگتی کے قایم کریں اور سب طریقوں کے پیرو کو نیم میں رکھیں جسطرح سے بے شمار برہمانڈ۔ پرتہوی سورج تارا گن وغیرہ اپنی اپنی اکشا یعنے محور پر گھومتے ہوئے ایک دوسرے سے نہیں ٹکراتے اسیطرح سے مختلف مذاہب اور طریقوں والے اصحاب کو اپنی اپنی ترقی میں لگے ہوئے دوسروں سے جھگڑہ فساد کرنے سے علیحدہ رکھنا ساماجک اونتی کے ذمہ دار اشخاص کا کام ہے غرضیکہ ساماجک دہرم جیسے سب دنیاوی دہرموں میں زیادہ مقدم ہے اسیطرح سے اوسکے فرایض بھی بے شمار ہیں مثلاً جلسے جلوسوں کی سلسلہ وار ترقی کا انتظام عام صفائی کا انتظام ملکی حفاظت اور انصاف کا انتظام وغیرہ وغیرہ اور یہ فرایض

صرف قوم کے لائق و چیدہ اصحاب میں محدود ہونے چاہئیں جنکو ان لائق اشخاص
کو حسب ضرورت اپنی طاقت کے موافق پیدا کرنا اور عمل میں لانا چاہیئے ہندوستان کے
ملک میں ساماجک ونتی مختلف زمانوں میں کسطرح سے ہوتی رہی اور
اسوقت اسکی کیا حالت ہے اسکا مختصر ذکر ذیل میں کیا جاتا ہے +

**مختصر حالات ساماجک اونتی و بید وکت مت**

پراچین سمے میں ہندوستان میں مذکورہ بالا دھرم کی
حفاظت اور ترقی اور رسم و رواج کی غور و فکر کے واسطے
بے شمار برہمن مصروف تھے۔ مختلف اشخاص کے حالات اور ادہسک شکتی کا لحاظ
رکھ کر ان کے واسطے کرم کانڈ۔ اپاسنا۔ گیان اور وگیان نام سے استھول سے
سوکھشم تک سلسلہ وار وسائل ترقی قایم کیے گئے تھے ورن اور آشرم بنائے گئے
تھے سولہ سنسکار اور پانچ مہایگ کا رواج ڈالا گیا تھا +
جب تک یہ کام عالم باعمل برہمنوں کے ہاتھ میں رہا تب تک نہایت کامیابی کے ساتھ
عمدہ ترقی ہوتی رہی۔ اس مبارک زمانے میں خاص خاص مقامات پر جو دھرم کے
مرکز سمجھے جاتے تھے میلے منعقد ہوا کرتے تھے۔ جن میں ودوان برہمن شامل ہوکر
ساماجک اُنتی کی ضروریات پر غور کیا کرتے تھے۔ ہر ایک علم اور فن کا آدمی اپنے جوہر
دکھلایا کرتا تھا۔ جسمانی ورزشوں کے دنگل اور روحانی کشتوں کے اکھاڑوں میں جسم
اور روح کی ساری ضروریات کے واسطے عمدہ وسائل ظاہر کیے جاتے تھے جبکہ جگہہ جگہہ کی
پیداواری اور دستکاری کی اشیاء خرید و فروخت ہوتی تھیں ہر ایک شخص ان متبرک
میلوں میں اپنی خواہش اور ضرورت کے موافق فائدہ اٹھاتا تھا +
بڑے بڑے میلوں کنبھ وغیرہ پر کروکھیتر ہردوار کاشی وغیرہ مقامات میں ہندوستان
بھر سے ودوان برہمن اور چھتری راجے جمع ہوتے تھے سب کی سمتی (رائے) سے
ایک عالم باعمل آدمی کو ویاس پدوی دے کر سبھاپتی کرتے تھے اور جو جو باتیں وہاں
طے ہوتی تھیں ان کا یکساں پرچار ہندوستان بھر میں کیا جاتا تھا۔ جس کے واسطے راجے
مہاراجے اور سیٹھ ساہوکار بے شمار دان کیا کرتے تھے +
ان سبھاؤں کی سبب سے ہی ہندوستان کے آدمیوں کو اعلی درجے کی لیاقتیں اور سکھ
کے سامان عرصہ دراز تک حاصل رہے۔ بڑے بڑے ودوان اور جودھا پرش پیدا ہوئے

جن کا اثر دنیا بھر میں پھیلا - بالو دائن ریشی المعروف وید ویاس جی اور ان کے لڑکے سکھدیو جی جیسے مہاتما پاتال دیش اور ہری ورش دیش ارتھات امریکہ اور یورپ تک دھرم کا اوپدیش کرنے کے واسطے گئے - ارجن مہاراجہ جدھشٹر کے یگ کے وقت پاتال میں گیا اور وہاں شادی کی +

آیوروید یا یعنی فن طبابت کے ماہر دھنونتر جی واشنی کمار سشرت و چرک نے دھاتون میں بے شمار زہر اور پتھر دن وغیرہ کی ماہیت معلوم کی - وَنسپتی میں پتے پتے کی تاثیر معلوم کرنے کی کوشش کی گئی - جانوروں کے فضلے تک کی تاثیر معلوم کر کے ان سے فائدہ اٹھایا - گائے کے گوبر اور کبوتر کی بیٹ وغیرہ کی تاثیر بیان کرنے سے ثابت ہوتا ہے کہ وہ طبابت کی ترقی کی خاطر اس کی تحقیقات میں اور اس سے فائدہ اٹھانے میں کسی قسم کا تعصب یا گھن نہیں کرتے تھے - اس وقت میں طبابت کا علم ضروری سمجھ کر ایسا مروّج کیا گیا تھا کہ ہر ایک شخص خصوصاً کنبے کا پرتشنٹ آدمی طبابت کے عام اصول و نیز زیادہ ضروری ادویات کا بنانا اور استعمال کرنا جانتا تھا - جس کا نشان اکثر خاندانوں خصوصاً دیہات وغیرہ مقامات کے خاندانوں میں اب بھی دکھلائی دیتا ہے +

دھنور وِدیا یعنی فن سپہ گری بھی اس وقت میں بہت ترقی پر تھا - مہاراجہ رامچندر جی کے کارنامے جو رامائن میں درج ہیں اور جو بطور یادگار رسالی بسال رام لیلا نامی میلے میں اکثر مقامات ہندوستان میں اس وقت تک دوہرائے جاتے ہیں اور سری کرشن جی اور ان کے جو دھا بھگت ارجن اور بھیشم پتامہ آدمی کے جدھ کے حالات درونا آدمی آچار جوں کے جدھ سمبندھی سکھشا دینے کے طریقے - جن کا ذکر مہابھارت میں اکثر آتا ہے ثابت کرتے ہیں کہ ہندوستان کے رشیوں اور مہا پرشوں نے دھنور وِدیا اور اس کی شاکھا وِیوہ رچنا ارتھات قواعد اور اگنی وِدیا اور بان وِدیا وغیرہ کی ماہیت کو اچھی طرح سمجھ کر اس سے خوب فائدہ اٹھایا تھا اس وقت لڑائی میں بان وغیرہ ایسے ایسے آلے استعمال کئے جاتے تھے جو دشمن کی فوج کے چاروں طرف زہریلی ہوا وغیرہ پھیلا کر ساری فوج کو بیہوش کر دیتے تھے - اور اس حالت میں ان کو مطیع کر لیتے تھے - جس میں بدون خونریزی کے مطلب براری حاصل ہو جاتی تھی +

کرشی ودیا یعنی فن زراعت میں بھی بہت ترقی کی نشانیاں معلوم ہوتی ہیں
تمام جانوروں میں بیل کو کھیتی کے واسطے زیادہ عمدہ اور مفید سمجھ کر منتخب کرنا جو
اپنی محنت سے پیدا کی ہوئی چیزوں کے پس انداز بھوسے وغیرہ سے ہی اپنا پیٹ
بھر لیتا ہے۔ اور اس کی ترقی نسل کے واسطے مذہبی طور پر اچھے اچھے بیلوں کو سانڈ
بنانے کا عام رواج ڈلوا دینا اس وقت تک دکھلائی دیتا ہے +
فن شاعری میں والمیک جی اور ان کی بنائی ہوئی مشہور پوتھی رامائن کی اس
وقت تک شہرت ہے۔ جوتش ودیا میں سورج سدہانت اور گائن ودیا میں نارد
سنگیت اس وقت کی ترقی کا ثبوت دے رہی ہیں برہم ودیا میں بیشمار اوپ نشد اور
گیتا جیسی متبرک کتاب اور جوگ ودیا میں پاتنجلی سوتر وغیرہ پوتھیاں اور بے
شمار اتھیاس اُسی وقت کی ترقی اچھے طرح ظاہر کرتے ہیں مہابھارت کی جُدھ کے
سمے ویاس جی کا سنجے کو دُور درشٹی کی ودیا سکھلا دینا جس کے ذریعے اس نے کورو
شیتر کی لڑائی کی ہو بہو کیفیت ہستنا پور متصل دہلی میں بیٹھے ہوئے اپنی انکھوں
سے دیکھ کر دھرتراشٹر کو بتلائی بہت سی کتابوں میں مذکور ہے +
راج نیتی میں بھی ترقی کے ثبوت ملتے ہیں۔ مہاراج یدھشٹر کے یگ میں اس
کے ماتحت راجگان کا دور دور سے آنا اس کی سلطنت کے عروج کا نشان بتلاتا ہے
اصول سلطنت بھی بہت عمدہ قائم کئے ہوئے تھے۔ جس کے سبب ہر ایک شخص سوتنتر
تا یعنی آزادی سے اپنی اور اپنے ملک کی ترقی میں مصروف رہتا تھا۔ ہر ایک گاؤں
قصبے اور شہر میں اسی جگہ کے لائق آدمیوں میں سے عوام الناس کی رضامندی
کے ساتھ ایک کافی تعداد منتخب کر کے ان کو پنچ بنایا جاتا تھا۔ جو ہر ایک طرح سے اپنے
مقام کے امن اور ترقی کے ذمہ دار تھے۔ پنچوں کی اور ان کے ذریعے عام رائے کی
ایسی قدر کیجاتی تھی اور ان کو ایسی عزت کی نگاہ سے دیکھا جاتا تھا کہ اس وقت
تک "پنچوں میں پرمیشر" ایک عام کہاوت ہے +
مذکورہ بالا ترقیاں صرف اس وجہ سے ہو رہی تھیں کہ سارے آدمیوں کو نیم میں
رکھنے اور امن کو قائم رکھنے کے واسطے ایک مضبوط گروہ عالم باعمل آدمیوں کا دن
رات ساماجک انتی کے کام کو نہائت اوتساہ اور یکشتا سے انجام دیتے تھے۔

جن پر عوام الناس کو اس قدر بھروسہ اور وشواس ہوتا تھا کہ وہ دھرم بھاؤ سے
ان کی ہدایات کو قابل تعمیل سمجھتے تھے۔ ساتھ ہی اس کے سچائی کا بیج ہر ایک آدمی
کے دل میں ایسا بو دیا گیا تھا کہ وہ سبھاؤک ہی سچ بولا کرتے تھے۔ اور جھوٹ کو
سب سے بڑا پاپ سمجھ کر کبھی خیال میں بھی نہیں لاتے تھے۔ اگر کسی شخص کا جھوٹ
بولنا یا بُرا برتاؤ یا برادری کے برتاؤ یا راج دربار یعنی عدالت وغیرہ میں ثابت ہو جاتا
تھا تو اس کو مہا پاپی سمجھا جاتا تھا۔ ماں باپ اس کو کپوت کہتے تھے۔ استری اس کا
ساتھ چھوڑنے کو تیار ہو جاتی تھی۔ سارے رشتہ دار اور برادری کی نگاہ میں وہ
حقیر ہو جاتا تھا۔ انہی وجوہات سے ہر ایک شخص تن من دھن۔ کرم سے ست کا پالن
کرتا تھا۔ اور ست کے ذریعے ہی سارے ترقی کے کام چل رہے تھے۔

جب تک پبلک اوپینین مضبوط رہی اور ساماجک انتی کا کام عالم باعمل برہمنوں کے
ہاتھ میں رہا تب تک عمدہ طرح چلتا رہا۔ لیکن رفتہ رفتہ یہ حقوق موروثی ہو گئے۔
تب قدرتی طور پر ان کی وِدیا اور اوستھا کم ہوتے گئے۔ اور جیسے جیسے وہ موروثی رہنما
کم لیاقت ہوتے گئے ویسے ویسے ہی وہ اپنی پرتشٹھا قائم رکھنے کو وقتاً فوقتاً ایسی
تدابیر عمل میں لاتے رہے کہ جس سے عوام الناس جاہل اور فروعات کے خیال میں
پھنسے ہوئے ان کے قابو میں رہیں۔

کنبھ وغیرہ میلوں پر بجائے ساماجک معاملات پر غور کرنے اور ان کو ترقی دینے
کے صرف اندھا دھند طور سے دان لینے دینے کا چرچا رہ گیا۔ دھرم کا بھاؤ ہونے لگا
اور فروعات کے ڈھکوسلوں میں زیادہ توجہ ہو گئی۔ ست کا بیج جو ہر ایک منش کو
ہر دے میں بویا جاتا تھا اس کے بونے والے اشخاص خود ہی اَست میں مبتلا
ہو گئے۔ دھرم کے نام سے طرح طرح کے دھوکے اور فریب اور ستم ہونے لگے
اس وقت مہاتما بدھ جی اور ان کے مذہب کا ظہور ہوا۔

## مختصر حالات ساماجک اونتی بودھ مت

مگدھ دیش میں جس کو آجکل صوبہ بہار کہتے ہیں کپلا وستو مقام میں جو مشہور
شہر بنارس (کاشی) سے قریب سو میل فاصلے پر ہے سدھودنا نام راجہ کے گھر میں

ایک لڑکا پیدا ہوا جس کا نام گوتم رکھا گیا۔ راجکمار گوتم کی شادی سولہ برس کی عمر میں راجہ کولی کی لڑکی جسودھرا نام سے ہوئی۔ اونتیس برس کی عمر تک گوتم دنیاوی سکھ میں نہایت عیش و عشرت کے ساتھ زندگی بسر کرتے رہے۔

ایک روز اتفاقاً جب گوتم ہواخوری کو جاتے تھے تب ایک ضعیف العمر آدمی کو دیکھ کر جس کا بدن نہایت دُبلا اور حواس بہت کمزور ہو گئے تھے۔ اور جو نہایت تکلیف میں اپنی ضعیف زندگی کو بسر کر رہا تھا طبیعت پر اثر ہوا۔ اسی طرح دوسری مرتبہ ایک بیمار آدمی کو دیکھ کر جس کو بیماری کے سبب بہت تکلیف ہو رہی تھی گوتم کے کومل ہردے پر پہلے سے زیادہ اثر پڑا۔ تیسری مرتبہ گوتم نے ایک مُردے کو دیکھا تب ان کے دل پر یہ خیال گذرا کہ صحت بیماری میں اور جوانی بڑھاپے میں تبدیل ہو کر تکلیف دیتی ہے اور ان تبدیلیوں اور تکلیفوں کو سہتے ہوئے زندگی موت میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ پس ایسی ناپائدار۔ تبدیلیوں والی تکلیف دہ زندگی۔ خصوصاً اس کے جوانی کے حصے میں دنیاوی سکھ میں ہی محو ہونا سراسر غفلت ہے۔ یہ خیال گوتم جی کے دل میں کھٹک ہی رہا تھا کہ چوتھی مرتبہ ایک مہاتما سادھو کو دیکھا جو باوجود ضعیف العمر ہونے کے نہایت مضبوط اور صحت مند تھا۔ اس کا چہرہ گلاب کے پھول کی طرح سرخ اور شگفتہ دیکھ کر جس سے شانتی اور آنند کے چین یعنی آثار دکھلائی دیتے تھے گوتم جی کو یقین ہوا کہ زندگی کی تکالیف سے بچنا بلکہ زندہ جاوید ہو جانا صرف سادھو اوستھا یعنی فقیری کے جامے میں ممکن ہے۔ جس روز یہ خیالات گوتم جی کے دل پر گزر رہے تھے اسی روز ان کی رانی جسودھرا کے لڑکا پیدا ہوا۔ محلوں میں خوشی منائی گئی۔ گوتم جی کو مبارکبادی دی جاتی تھی۔ مگر ان کے دل میں کچھ ادھیڑ بن لگی ہوئی تھی۔ آخر اسی روز رات کے وقت گوتم جی نے تارک الدنیا ہونے کا مصمم ارادہ کر لیا۔ تاکہ اس ذریعے سے سچو دھرم کو پرگٹ کر کے اپنے اور دیگر سچائی کے متلاشیوں کے واسطے شانتی پیدا کریں۔

گوتم جی نے عین شباب کی حالت یعنی اونتیس برس کی عمر میں راج کے سکھ سے منہ موڑ کر اپنی پیاری استری اور ننھے سے بچے و دیگر رشتہ داروں کی محبت کی رشتے کو توڑ کر آدھی رات کو جنگل کا راستہ لیا۔ راتوں رات بہت سا فاصلہ طے۔

کرکے صبح کے وقت اپنے نوکر کو معہ گھوڑے کے واپس کیا اور نوکر سے کہا کہ وہ ان
کی ماتا۔ پتا۔ استری اور دیگر آدمیوں کو مطلع کردے کہ گوتم فقیر ہو گیا اپنے بال تلوار
سے کاٹ کر اور کپڑے ایک دہقان سے تبدیل کرکے گوتم جی ایک برہمن کے پاس
گئے اور شاستروں کا مطالعہ شروع کیا۔ وہاں سیری نہ ہونے پر دوسرے برہمنان۔
کے پاس گئے۔ مگر وہاں بھی مقصد پورا نہ ہوا۔ تب چھ برس تک بہت سخت تپ
یعنی نفس کشی کرتے رہے اور ایسے کمزور ہو گئے کہ ایک روز غش کھا کر زمین پر گر پڑے
اس وقت ان کو خیال پیدا ہوا کہ صرف تپ سے سچی شانتی نہیں مل سکتی ہے +
کہتے ہیں کہ اس موقعے پر انہوں نے ایک ستار کی آواز سُنی پہلی مرتبہ ایک تار
سخت تھا اور دو ڈھیلے۔ وہ آواز خوشنما معلوم ہوئی۔ دوسری مرتبہ تینوں تار
ایک جیسے تھے اس وقت آواز بہت خوشنما معلوم ہوئی۔ گوتم جی جن کا انتہ کرن تپ
کرنے سے شدھ ہو گیا تھا فوراً سمجھ گئے کہ یہ ان کو غیبی ہدائت ہوئی ہے۔ یعنی جس طرح
ستار کے تینوں تاروں کے معتدل ہونے سے عمدہ آواز نکلتی ہے اسی طرح سے شریر
روپی ستار کے تینوں تاروں ارتھات استھول۔ سوکھشم اور کارن شریر کے معتدل
ہونے سے سچی شانتی ملنی ممکن ہے۔ پس انہوں نے اپنے شدھ انتہ کرن کی ہدایت
کے بموجب اعتدال سے زندگی بسر کرنا۔ اور اپنے انتر میں سچے علم کی تلاش شروع کی اور
اس کو حاصل کیا۔ اُس وقت انہوں نے ارادہ کیا کہ سچے دھرم کا اپدیش شروع
کریں۔ مگر ساتھ ہی یہ خیال گزرا کہ دولتمند دولت کے نشے میں۔ عالم علم کے ابھمان
میں اور راجے حکومت کے گھمنڈ میں ان کے اپدیش کو کس طرح سے سنیں گے اور جن کے
پاس یہ تینوں طاقتیں نہیں ہیں وہ جہالت اور افلاس کی مصیبت میں پھنسے ہوئے
اس قدر عقل اور فرصت نہیں رکھتے کہ ان کا اپدیش سن کر سمجھ سکیں اور اس پر
عمل کر سکیں۔ اس وقت ان کو انتر کی روشنی سے ہدائت ہوئی کہ اپدیش کرنا چاہئے
مذکورہ بالا آدمیوں کی سب قسموں میں چند ایسے ضرور نکل آئینگے جو ان کے اپدیش
کو سُنیں گے۔ قدر کرینگے اور اس پر عمل کرکے سچی شانتی حاصل کرینگے +

گوتم جی کا اپدیش بہت سیدھا سادہ ہوتا تھا۔ وہ ہر ایک شخص کو کہتے
تھے کہ سنسکار اور کرم یعنی خیالات و افعال کو عمدہ بناؤ اور عملی طریقے ان کو عمدہ

نہانے کے تبلانے تھے۔ برہمن وغیرہ اشخاص اکثر ان سے جھگڑا فساد کرنے کو یہ سوال کیا کرتے تھے کہ آپ ویدوں کو اور ایشر کو مانتے ہو یا نہیں۔ گوتم جی کا ہمیشہ یہ مختصر جواب ہوا کرتا تھا کہ انہوں نے ویدوں کو پڑھا نہیں اور ایشر کو دیکھا نہیں۔ اس وجہ سے ان کی نسبت کچھ نہیں کہہ سکتے ؛

گوتم جی نے پہلے ان برہمنوں کو جو بحالت تپ ان کے ہمراہ تھے اوپدیش کیا۔ پھر بنارس کی طرف روانہ ہوئے وہاں ایک دولتمند شخص جس کا لڑکا جاپا نام پہلے سے انکا شسش تھا ان کے شریک ہوا۔ پھر جاپا کی ماں اور استری شریک ہوئیں۔ غرضیکہ پانچ مہینے کے عرصے میں گوتم جی کے اوپدیش کا اثر بہت کچھ پھیل گیا۔ اور قریب ساٹھ آدمی کے ان کے شسش ہو گئے ؛

گوتم جی نے اوپدیش کرنے والے شسشوں کے واسطے نفس کشی کا پیمانہ بہت سخت رکھا تھا۔ ان کو کہا گیا تھا کہ بھکشا یعنی گداگری سے گزارہ کریں ہو ایک دوسرے سے نہ ملتے ہوئے روزمرہ سفر کرتے ہوئے اوپدیش کیا کریں۔ گوتم جی خود آٹھ مہینے تک برابر سفر کرتے ہوئے اوپدیش کرتے رہتے تھے۔ صرف برسات کے چار ماہ میں ایک جگہ قیام کرتے تھے۔ قیام کی حالت میں رات کے وقت اپنی بنائی ہوئی دھرم کی کتابیں عوام الناس کو سنایا کرتے تھے۔ اور ہر ایک ورن اور آشرم کے آدمی کو اپنا شسش بناتے تھے۔ جب گوتم جی کے شسش بہت زیادہ ہو گئے تب ساماجک اونتی کا باقاعدہ انتظام شروع کیا گیا۔ چار خاص شسشوں۔ آنند۔ دیودت۔ اوپالی۔ انرودھ میں سارا کام بانٹا گیا۔

ایک مرتبہ گوتم جی کے پتا گدہ ودشن کے راجہ نے پیغام بھیجا کہ اسکو گوتم جی درشن دیویں۔ چنانچہ گوتم جی اونکے پاس گئے اوسوقت اون کی استری رانی جسودہرا نے اونکے لڑکے کو بھی اونکے پاس بھیجا خیال یہ تھا کہ شاید اوسکی محبت کے سبب گوتم جی وہاں زیادہ ٹھہریں۔ گوتم جی نے یہ کہکر کہ دھرم کے اوپدیش کے واسطے ہونہار آدمیوں کی بہت ضرورت ہے انکے لڑکے کو بھی ساد ہو بنا کر اپنے شامل کر لیا

گوتم جی سینتالیس برس تک اوپدیش کرتے رہے۔ ایکروز اپنی تریشٹت

شِشش آنند سے کہا کہ اب مین اسّی برس کا ہو گیا ہون اور کو زیادہ احتیاط سے مجھے عرصہ تک زندہ رہ سکون تاہم تم بطور خود کام کرنے پر تیار رہو۔ پھر سارے شِشیون کو ایک خاص مقام (ویسالی) پر جمع کرا کے کہا کہ تتہاگت یعنے گوتم جی کا عنقریب خاتمہ ہونیوالا ہے پس ان سب کو آنند اور دیگر پرشٹت شِشیون کی ہدایت کے موافق چلنا چاہیے ❖

گوتم جی کی موت کے بعد ساماجک ادنتی پر غور کرنے کے لیے انکی شِشیون کا پہلا جلسہ آئندہ برسات میں راج گھاٹ مقام پر ہوا جسمین پانسو لائق شِشش جمع ہوئے۔ مہاکشیپ گوتم جی کا ایک پرشٹت شِشش پر وہان یعنے پریزیڈنٹ جلسہ منتخب ہوا۔ اور جلسہ کا سارا انتظام مگدہ دیش کے راجہ نے کیا۔ دوسرا جلسہ قریب ایکسو برس بعد (بطور جوبلی) منعقد ہوا۔ اوسمیں سات سو لائق اصحاب جمع ہوئے۔ ساماجک ادنتی کے متعلق خاص خاص معاملات پر غور کر کے اون اصحاب نے چند ضروری تغیر و تبدل منظور کیے جنکو بعض شِشیون نے قبول کرنے سے انکار کیا جسکی وجہ سے رفتہ رفتہ بودہ مت کے اٹھارہ فرقے ہو گئے۔ ان سب فرقون کو ایک کرنے اور دیگر ضروری معاملات کیواسطے تیسرا جلسہ راجہ اشوک نے پٹنہ مین منعقد کیا جسمین ایک ہزار آدمی جمع ہوئے۔ راجہ اشوک بودہ مت کا ایک نہایت پرجوش ممبر بلکہ چمکتا چاند ہوا ہے۔ اوسنے دہرم کے پرچار کی ضرورت اور لائق اوپدیشکون کی کمی کو محسوس کر کے اپنے ایک لڑکے اور ایک لڑکی کو دہرم پر نچھاور کر دیا چنانچہ اسکا لڑکا راج کمار مہندرا سادہو بنکر گیروا کپڑے پہنے ہوئی معہ چھہ دیگر سادہوون کے گرمی سردی برداشت کرتا ہوا لنکا پہونچا اور وہان کے راجہ تسا کو اوپدیش کیا۔ راجہ مہندرا کی تپسیا اور دہرم بہاو کو دیکھ کر اور اسکے اپدیش کو سنکر ایسا متاثر ہوا کہ فوراً معہ چالیس ہزار آدمیون کے بودہ مت کو قبول کر لیا۔ اون سب جدید پیروکاران کی تشپا کو زیادہ مضبوط کرنے کیواسطے مہندرا کی بہن بابی سنگ مترا لنکا گئی اور اون سب کی نشپا مضبوط کرنے کے علاوہ تمام جزیرہ میں اپنا مت پھیلا دیا۔ اسکے بعد دونو بہن بھائی سادھو اندلبس میں ایک مضبوط منڈلی بناکر چین و جاپان

وبرہما وغیرہ مقامات مین گئے اور اپنے دہرم کے پھیلانے میں خوب کامیاب ہوئے غرضکہ راجہ اشوک کی اپنے لڑکے اور لڑکی کی قربانی اور دیگر سبھی کوششون کے سبب بودہ مت کو نہایت عروج ہوا مگر اوسکے بعد سناتن دہرم اودنتی کا انتظام عمدہ نہ رہا۔ دہرم کے اوپدیش کرنے والے عالم باعمل نہ رہے۔ اسوقت چونکہ بودہ مت قریب قریب سارے ہندوستان مین پھیل گیا تھا اور بطور رواج دھرم سمجھا جاتا تھا اُسکو پھر سرسبز کرنیکے واسطے کشمیر کے راجہ نے ایک چوتھا جلسہ منعقد کیا۔ بہت سے علمار کو جمع کرکے بودہ مت کی کتابیں سنسکرت اور پالی زبانون میں لکھوانے اور سناتن اونتی کے نکمہ کام لیے عمدہ اوپدیشکون کے پیدا کرنے کی کوشش کی مگر کامیابی نہ ہوئی اور ویدوکت مت ویدانت کی شکل میں پھر سرسبز ہوا +

## مختصر حالات ویدانت مت

اس تنزلی کے زمانہ بودہ مت مین دکھن دیش میں مہاتما شنکر آچارج جی کا ظہور ہوا۔ اونہون نے بہت چھوٹی عمر سے ہی تارک الدنیا ہوکر اپنی طاقتون کو بڑہایا اور پھر دہرم کا اوپدیش اپنے جنم استھان مالابار سے شروع کیا قریب قریب سارے ہندوستان مین پھر کر بودہ مت کا کھنڈن کرکے ویدانت مت کو اوسکی جگہ استھاپن کیا۔ فاضل منڈن مصر اور اوسکی لائق استری سے کشمیر مین بڑے معرکہ کا شاستر ارتھ ہوا جسمیں شنکر آچارج جی کی جے یعنی فتح سمجھی گئی۔ شنکر آچارج جی مین بحث کرنیکی نہایت عمدہ طاقت تہی اور انکی زبان میں ایسی تاثیر تھی کہ جو کوئی اونکی گفتگو سنتا تہا فریفتہ ہوجاتا تھا جیسی اُن کو قوت گویائی عطا ہوئی تھی ویسی ہی بلکہ کچھہ زیادہ اون کی قلم مین طاقت تھی +

اگرچہ شنکر آچارج جی اکثر میں **ادویت** بہاونا رکھتے تھے اور ایسا ہی اونہون نے اپنے ادہیکاری شسشون کو اوپدیش بھی کیا تاہم عام آدمیون کے واسطے **مورتی پوجن** کو ناجایز نہیں کہا۔ انکا خیال تھا کہ اگر نراکار پرمیشر

کا انوبہوہ ہوسکے تو شروع مین کسی استہول چیز ہورتی وغیرہ کے ذریعہ دہیان جمانا مناسب ہے*

شنکر آچارج جی نے ساماجک اونتی کیواسطے علاوہ برہمنان کے اگر گرو سنیاسیون کا قایم کیا اور اسکو گری - پوری - بہارتی - سرستی وغیرہ دس حصّون مین منقسم کیا - کئی مشہور جیتے بڑے بڑے استہان قایم کئے جہان دہرم سمبندی معاملات پر بحث چرچا ہوتا رہتا تہا جسکا اثر اسوقت تک ہندوستان کے مرد اور عورتون کے دلون مین اور نیز اونکے رسم ورواج مین بہت کچھ موجود ہے*

شنکر اچارج کی بہت عرصہ بعد جب ساماجک اونتی کا کام ڈہیلا ہونے لگا تب ایک مہاتما رامانج نام وشنو مت والے مشہور ہوئے - اونکے مت مین وشنو بہگوان اور اونکی استری لکشمی جی کی پوجا قرار دی گئی ہے - ویدانت مت یعنے ادویت ایشر کا کہنڈن کیا گیا ہے - اونکا خیال ہے کہ وشنو جی ایشر ، نراکار بہی ہین اور رامچندر سیتا - کرشن رادہکا وغیرہ کی شکل مین اکار سہت اوتار بہی لیتے ہین رامانج جی نے سات سو مٹہہ استہان کئے اور اپنے ادہکاری شششون مین سے سترہ آدمیون کو منتخب کرکے اور انکو آچارج پدوی دیکر ساماجک اونتی کا انتظام اونکے سپرد کردیا تہا جنکے نام سے ایک ایک شاخ یا سمپردائے قایم ہوئین*

رامانج جی کے فرقہ یا سری سمپردائے کا ایک لایق شخص رامانند جی نام کہانے پینے کی چہوت چہات اور سخت پابندیون کے سبب اپنے فرقے سے ناراض ہوکر ایک نیا مت چلانے کیواسطے آمادہ ہوا جسکا نام رامانندی مت رکہا گیا - اس مت مین کہانے پینے کا کوئی بندہن یا ذات وغیرہ کا کچھ لحاظ نہین تہا اسی وجہ سے سچے دہرم کے متلاشی بلا تمیز ورن آشرم مثل کبیر جولاہا رویداس چمار - دہنا جاٹ - سینا نائی وغیرہ شامل ہوئے دہرم کی کتابین بجائے سنسکرت زبان کی مروجہ زبانون اور عام فہم عبارت مین لکہی گئین -

رامانند جی نے ساماجک اونتی کیواسطے ایک خاص جماعت چند لایق ششون کی قایم کی تہی جنکے نام یہ ہین - ریداس جی ، تلسی داس جی جیدیو جی

سنا بھاجی ؕ

رامانندجی کے مرنے کے بعد کبیرجی اونکے جانشین ہوئے کبیرجی نے عرصہ تک کاشی مین کبیرچورا مقام پر جوگ ابھیاس کیا تھا۔ اونکے پنتھ سے ونیز معقول پسندی۔ دھرم و تعزیری کے سبب بہت تر کی بعد ہندو مسلمون اور ساد ہون کی اونکی طرف رجوع لائی۔ کبیرجی نے مورتی پوجن کو قطعی ناجائز قرار دیا۔ ہندوون اور مسلمانون کی مت کے واعظون پر اونکی تقریر کا اثر دکھلاکر بیجے پے باکانہ چلے گئے۔ یہہ ساری ہندو فرقون بلکہ مسلمانون کو بھی اپنے مت مین شامل کرلیتے تھے۔ سادہو سیوا کو بہت بڑا ذریعہ دھرم کی پراپتی کا قرار دیا اور خاص خاص چیلون کو جوگ ابھیاس کا بھی اوپدیش دیا۔ اونکی وقت مین ایک دولتمند شخص دھرم داس نام نے بہت سا روپیہ انکی بھینٹ کیا جس سے سناتن دھرم اوتتی کو بہت مدد ملی

پنجاب مین گورو نانک صاحب نے عرصہ تک روڑی صاحب (گوجرانوالہ) مین جوگ ابھیاس کرکے دھرم کا اوپدیش اور سناتن دھرم اوتتی کا کام شروع کیا۔ اونکا اوپدیش نہایت ہی صلح کن اور عام پسند تھا۔ ہندو مسلمان سب اوس سے فائدہ اوٹھاتے تھے انہون نے بھگتی کو نکمہ سادہن کہا ہے۔ اونکی سدہانت کو مختصر تین کلمون مین اسطرح بیان کیا جاتا ہے کہ بھگتی۔ برتن۔ ویراگ۔ ہردے گیان۔ گورو نانک صاحب نے اپنی زندگی مین ہی اپنے ایک ادہکاری شش کو اپنا جانشین قرار دیا اور انکی بیمثال دس جانشینون تک تقلید ہوتی رہی جسکے سبب بیشمار آدمیون خصوصاً پنجاب کے اہل دیش والون کو بہت فائدہ ہوا ؕ

جسطرح سے پنجاب مین گورو نانک صاحب نے کام شروع کیا اسیطرح سے تنگ وقت ارتہات بنگال مین مہاتما چیتن جی نے بھگتی کا پرچار شروع کیا ہندو و مسلمان ہر دو کو اونکی اوپدیش سے فیض پہونچتا تہا ایک مرتبہ چیتن جی اوپدیش کر رہی تھی اوس وقت دو معزز مسلمان دبیر اور خاص نام جو پیر سید حسین صوبہ بنگال کے متعلقین مین سے تھے ایسے متاثر ہوئے کہ آدھی رات کو چیتن جی کی خدمت مین حاضر ہوئے اور انکی

مت مین شامل ہونیکی درخواست کی چیتن جی نے انکو اپنا شش بنالیا اور انکا نام روپ
اور سناتن رکھا۔ اسیطرح سے چیتن جی نے پانچ پٹھانوں کو جو ہمراہ انکے پاس لوٹ مار
کیا کرتے تھے اور چیتن جی کو بھی لوٹنا چاہتے تھے اپنے پوتر اویدیش سے دھرماتما بنا
دیا جنہوں نے اسیوقت پیشہ قزاقی سے توبہ کرکے چیتن جی کا مت قبول کیا +

چھہ برس سفر کرتے ہوئے اویدیش کرنے کے بعد چیتن جی نے ساماجک الٹنی کو انتظام
کیواسطے اودیا چارج اور نتیانند جی کو بنگال میں ویشنو سماج کا افسر مقرر کیا
روپ اور سناتن کو برندابن سماج کا منتظم کیا اور خود ایک مقام نیل چولہ میں قیام پذیر ہوئے
جہان ادن کو آتما کی چمتکار روپ شکتی اسے شدہ ہردے میں ہدایت ملی کہ وہ
دنیاوی تعلقات چھوڑ کر سنیاسی ہو جاوین چیتن جی موصوف کو اپنی ماتا سے
بہت پریتی تھی پھر بھی بلاچون وچرا۔ اس اندر کی متبرک روشنی کی تعمیل ہدایت کو جب
اور ضروری سمجھا اپنی ماتا اور دیگر رشتہ داران کی محبت اور گرہست کے سکھوں
سے موہنہ موڑکر سنیاس دھارن کیا۔ جب انکو ماتا آدی رشتہ داروں کا کچھ موہ نہ رہا
اور دنیاوی تفکرات سے بھی سبکدوش ہوئے تب وہ اپنا سارا وقت دھرم کے
سوکھشم بہاو اور باریک مسئلوں کے معلوم کرنے اور پھیلانے میں لگا سکے جس کے
سبب بیشمار پاپی منش دھارمک بنگئے۔ اسیطرح سے راجپوتانہ مین وادوجی نے اور
دکھن میں تکارام مہاتما نے دھرم کا پرچار پھیلایا۔ یہ ایک عجیب زمانہ تھا کہ نہ صرف ہندوستان
مین ہی دھرم کا چرچا اور فروعات کی اصلاح ہوئی۔ بلکہ اسی زمانہ میں یورپ میں بھی
مارٹن لوتھر جیسے مہاتماون کے ذریعہ عیسائی امت کی فروعات مین بہت کچھ اصلاح ہوئی
شہنشاہ اورنگ زیب کی پالیسی نے جب مذہبی آزادی میں رکاوٹ ڈالنی
شروع کی تو آزاد طبع ہندو اور مسلمان ہر دو شاکی ہونے لگے جنمیں سے
اکثروں کو سخت جبر و تعدی سہنا پڑا۔ اور گورونانک صاحب کے اصلاح کن
بھگتی کے اویدیش کو اونکے دسویں جانشین گرو گوبند سنگھ جی کو چھتری ریت
و دھرم کے پرچار میں تبدیل کرنا پڑا جسکا مختصر ذکر کرنے سے پہلے۔
مسلمانی مت اور اسکی ساماجک ادنتی کا مختصر حال لکھنا مناسب
معلوم ہوتا ہے +

## مختصر حال حضرت محمد صاحب اونکے مذہب اور ساماجک ونتی کا

جب ملک عرب کے شہر مکہ میں وہاں کے بتوں کی پرستش کا بہت زور ہوا اور کئی طرح کی برائیاں ملک اور قوم میں پہیل گئیں۔ تب ایسے ایسے آدمی پیدا ہونے شروع ہوئے جنکو بتوں کی پرستش سے نفرت اور قومی برائیوں سے افسوس محسوس ہوا۔ اوس زمانہ میں حضرت محمدؐ صاحب کی پیدائش شہر مکہ کے قریشی خاندان میں ہوئے - اونمیں بہت سی وہ صفات دکہائی دیں جنکے ذریعہ مذہبی اصلاح جیسا بہاری کام انجام دیا جاسکتا ہے ؛

لڑکپن سے ہی اونمیں بہت سی اعلےٰ درجہ کی نیکیاں اور غیر معمولی باتیں دکہائی دیتی تہیں۔ وہ ہر سال رمضان کے مہینے میں ہار اپہاڑی کی غاروں میں شب بیداری کیا کرتے تہے اور نہایت نفس کُشی اور اعتقاد کے ساتہہ سچائی حاصل کرنیکی کوشش کرتے تہے ؛

چوالیس برس کی عمر میں محمد صاحب نے ایک روز اپنی بیوی خدیجہ سے کہا کہ اونکو ایک آواز سنائی دیتی ہی اور ایک روشنی دکہلائی دیتی ہے۔ خدیجہ نے کہا کہ یہ آثار اونکے پیغمبر ہونے کے ہیں۔ خدیجہ کے بہائی ورقہ اور نیز ایک زاہد اور اس نام نے بہی ایسا ہی کہا ؛

سب سے پہلے محمد صاحب کی بیوی خدیجہ بہتیجا علیؓ اور متبنّیٰ رسابقہ غلام) زید اون پر یقین لائے ؛

جب مکہ کی طاقتور قوم قریشی نے دیکہا کہ محمد صاحب مذہبی اصلاح کا ارادہ رکہتے ہیں تو بجائے ہندوستان کے طریقے کے کہ ہر ایک مذہبی اصلاح کرنیوالے کو آزادی کے ساتھہ وعظ کرنیکا موقع ملا ہے محمد صاحب کو طرح طرح کی تکالیف دینی اور انکے کام میں نامناسب رکاوٹیں ڈالنی شروع کیں ؛

ہرچند حضرت محمد صاحب سمجہاتے تھے کہ اونکے کہنے پر چلنے سے قریشی لوگ ایک زبردست قوم بنجائیگی اور ایسی طاقت حاصل کرینگے کہ دنیا بہر میں اونکا اثر پہیلیگا اونکی ایک عظیم الشان سلطنت قائم ہوجائیگی اور آخرت میں بہشت نصیب ہوگا۔ مگر قریشیوں کو اونکے کہنے پر وشواس یعنے یقین نہیں آیا ؛

جو کوئی امیر آدمی اونکے شامل ہوتا تھا اوسکو طعنہ دیا جاتا تھا کہ اونہوں نے
اپنے ماباپ کا مذہب چھوڑکر اپنے خاندان پر بٹہ لگایا سوداگر کی سوداگری مین
نقصان پہونچانے کی کوشش کرتے تھے اور مفلس اور غلام شخصوں کو زدوکوب کرتے
تھے بلکہ جان سے بھی مارڈالتے تھے چنانچہ مسمات سومیا کنیزک کو صرف
اس وجہ سے کہ وہ محمد صاحب کے شامل ہوئے ابوجہل نے اپنے ہاتھ سے قتل
کیا جسکی موت اسلام مین پہلی قربانی سمجھی جاتی ہے ٭

ایک مرتبہ ایک معزز نوجوان عمر نام محمد صاحب کے مارنے کیواسطے ننگی تلوار لیکر
روانہ ہوا۔ راستہ مین اسکو یہہ معلوم ہوا ہے کہ اسکی بہن اور بہنوئی نے بھی محمد صاحب
کی شرکت اختیار کی ہے اوسنے پہلے بہن اور بہنوئی کے مارنے کا ارادہ کیا جسوقت
اونکے مکان پر گیا تو دیکھا کہ وہ قرآن شریف کا سورہ پڑھ رہے ہیں۔ مگر عمر کو
دیکھکر وہ خاموش ہو گئے۔ عمر نے طیش مین آکر پوچھا کہ کیا تمنے نیا مذہب
اختیار کیا ہے؟ اسپر اوسکے بہنوئی نے نہایت متانت کے ساتھ کہا کہ اگر کوئی نیا
مذہب عمدہ ہو تو اوسکے اختیار کرنے میں کیا قباحت ہے یہہ واجبی جواب سنکر عمر نے
غصہ میں بھر کر اپنے بہنوئی پر تلوار کا وار کرنا چاہا اوسوقت اسکی بہن بیچ میں آگئیں
اور باوجود سخت زخم لگنے کے روتی ہوئی بولیں کہ حضرت محمد صاحب کا مذہب عمدہ
ہے اور اسواسطے ہمنے اسکو قبول کیا ہے۔ بہن کی زخمی حالت اور مستقل مزاجی کو دیکھکر عمر پر حیرت
اثر ہوا اوسنے اونکے ہمراہ محمد صاحب کی خدمت مین حاضر ہو کر بجائے قتل
کرنیکے اونکے قدمون پر گرکے اسلام کو قبول کیا۔ جسکے سبب اسلام کو بہت تقویت ہوئی ٭

اس کامیابی کو دیکھکر قریشیون نے محمد صاحب کو مارنا چاہا مگر ناکامیاب رہنے پر
اونکے مفلس اور غلام شرکا کو تنگ کرنا شروع کیا جسکی وجہ سے ایکبار ایک سو پیرو کارون
اسلام کو حبش کے ملک میں ہجرت کرنی پڑی ٭

قریشیون نے حبش کے بادشاہ نجاشی نام کے پاس جو عیسائی مذہب کا تھا
بہت سے تحفہ تحایف اور اسکے اہلکارونکو رشوت بھیجکر اپنے ایلچی کی معرفت درخواست کی کہ
اون آدمیون کو قریشیون کے حوالہ کر دیا جاوے۔ بادشاہ نے اون لوگون سے حال دریافت
کرنا چاہا اونمیں سے جعفر نے جو محمد صاحب کا بھتیجا تہا اور قوت گویائی مین ایک

خاص ملکہ رکہتا تہا اپنا حال زار اسطرح بیان کیا کہ ہم لوگ شروع سے نہایت
جہالت کی حالت مین زندگی بسر کرتے تھے۔ مردہ جانورون کا گوشت کہاتے تھے طاقتور
کمزورون پر ظلم کرتے تھے۔ امیر لوگ عیاشی کے مرض مین مبتلا ہو گئے تھے بغیر شادی کرنیکے کثرت
سے عورتون کو گہر مین ڈال لیتے تھے۔ ایسی گمراہی کی حالت مین ہم مین سے ایک شخص
نے جسکی عقلمندی دور اندیشی اور اخلاقی جرات ایسی ہین جنکی ہمکو ضرورت ہے ہمکو
راہ راست پر لانے کی کوشش کی۔ اوسنے مہمان نوازی اور عورتون کی عزت کرنیکو کہا۔
سچے خدا کی عبادت کرنے۔ روزہ رکہنے اور خیرات کرنیکی ہدایت کی۔ ہم اوسپر یقین لائے
اسپر ہمارے ملک والون نے ہمکو طرح طرح کی تکالیف دینا شروع کیں پس ہم اپنے ملک
سے جلاوطنی اختیار کر کے آپکی پناہ مین آئے ہین۔ ساتھ ہی قرآن کا انیسوان سورہ
بھی پڑہا جسمین **حضرت عیسے اور سینٹ جان** کا عمدہ طرح ذکر ہے۔ بادشاہ
کی طبیعت پر جعفر کی تقریر اور قرآن کا سورہ سننے سے بہت اثر ہوا ایلچی سے کہا کہ
ہم ان لوگون کو واپس جبراً نہیں بھیجنا چاہتے۔ اسپر عیسائی اہلکارون نے ایلچی کی خاطر
بادشاہ کو جعفر سے یہ سوال کرنے کو آمادہ کیا کہ تم لوگ حضرت عیسے کو خدا کا بیٹا سمجھتے ہو
یا نہیں۔ جعفر نے جواب دیا کہ ہم لوگ حضرت عیسے کو خدا کا مقبول بندہ اور خدا
کا پیغمبر اور مریم کا بیٹا سمجھتے ہین۔ اسپر عیسائی ناراض ہوئے اور کوشش کی کہ جعفر حضرت عیسے کو خدا
کا بیٹا کہے۔ مگر دلیر جعفر نے کہا کہ حضرت محمد صاحب نے انکو خاص تاکید کی ہے
کہ ہر حالت مین خواہ کیسا ہی خوف ہو خواہ کیسا ہی نقصان کا اندیشہ ہو سچ بولنا چاہیے
اور اس وجہ سے میرا دل جس بات کی گواہی دیتا ہے وہی کہنا چاہتا ہون اور
وہ یہ ہے کہ حضرت عیسے مریم کے بیٹے تھے۔ آخر معقول پسند بادشاہ نے جعفر
کی سچائی اور دلیری کی داد دیتے ہوئے اوسکے جواب کو واجب تسلیم کیا اور عیسائی
اہلکارون نے خاموشی اختیار کی۔ اپنی اس ناکامیابی سے ولیکن نادم ہو کر
اور ظاہر مین غصہ کے آثار دکھلا کر قریشیون نے محمد صاحب اور اونکے
رشتہ دارون کو ایک جلسہ کر کے قوم سے خارج کرنیکی کوشش کی مگر خاطر خواہ
کامیابی نہ ہوئی اور محمد صاحب کا مدینہ والون سے تعلق ہو گیا جسکے سبب اونکو قریشیونکی تکالیف
سے حفاظت ہو گئی اور اونکے مشن مین کامیابی ہونی شروع ہوئی +

دراصل محمد صاحب کے مذہب کی مضبوطی اور ترقی اسیوقت سے شروع ہوگئی تھی جب سے بہادر حضرت عمر اونکی شریک ہوئے اور زیادہ مضبوطی و ترقی کا وقت دور اندیش ابوبکر کی شمولیت سے سمجھنا چاہیے۔ حضرت ابوبکر ایک دولتمند صاحب اقتدار اور سمجھدار آدمی تھے۔ اسلام قبول کرتے وقت اونہوں نے اپنے سارے مال و اسباب کا ساتوان حصہ جسکی مقدار چالیس ہزار دینار تھی تمام کی ساماحبک اونتی کیواسطے وقف کیا تھا اور آئندہ بھی وقتاً فوقتاً بہت سے روپیہ سے امداد کرتے رہے بلکہ دیگر اشخاص کو بھی جو محمد صاحب کے ظہور سے پہلے ہی ابوبکر کے ہم خیال تھے ترغیب دیکر معقول امداد زر کراتے رہے۔ محمد صاحب اونسے اسقدر خوش تھے کہ اونکو صدیق یعنے سچے دلی دوست کا خطاب عطا کیا تھا۔

حضرت ابوبکر نے عثمان جو محمد صاحب کا بھتیجا تھا۔ زوبیر جو خدیجہ کا بھتیجا تھا عبدالرحمن قوم زہرہ جو ایک متمول سوداگر تھا سعد جو محمد صاحب کا قریبی رشتہ دار صرف سولہ برس کی عمر کا مگر نہایت ہونہار تھا۔ طالع و خالد وغیرہ بارہ آدمیوں کی ایک جماعت بنائی جو ہر ایک ساماحبک اونتی کو معاملہ میں صلاح و مشورہ دیتے تھے اس دوراندیش اور باہمت۔ پُرجوش اور مستقل مزاج جماعت کے ذریعہ حقیقت میں ایسی ایک مضبوط سلطنت قایم ہوئی جو دنیا کی ساری سلطنتوں سے فوق لے گئی اور جب تک اون لائق اصحاب کے نمونہ کے آدمی پیدا ہوتے رہے اور ساماحبک اونتی کا کام اونکے ہاتھ مین رہا تب تک اسلام کو دن دگنی اور رات چوگنی ترقی ہوتی رہی۔ مگر جیسے جیسے ساماحبک انتظام میں غفلت اور کمزوری واقع ہوئی ویسی ویسی ترقی بھی معدوم ہوتی گئی۔ اور جدید فرقے قایم ہونے لگے۔

مذکورہ بالا معاملات اور اسلام کو قایم کرنے اور پھیلانے والونکی تکالیف کو جانتے ہوئے بھی جو اونکو قریشی قوم کے ظلم و زبردستی کے سبب برداشت کرنی پڑی تھیں مگر آخر کار کامیابی حاصل ہوئی تھی ہندوستان کے شہنشاہ اورنگ زیب نے مذہبی وعظ کرنیوالون کو پولیٹکل وجوہات کے سبب کمزور کرنا چاہا مگر خود کمزور ہوگئے جسکا مختصر حال اسطرح پر ہے۔

# مختصر حالات مہاراجہ رنجیت سنگھ

جب شہنشاہ اورنگ زیب نے جبکہ پولیٹکل وجوہات سے اپنے باپ اور بھائیوں وغیرہ سے بھی ہاتھ چلانے سے دریغ نہیں کیا تھا سکھوں میں پولیٹکل طاقت بڑھتے ہوئے دیکھی تب سکھوں کے پیشوا گورو تیغ بہادر نویں جانشین گورو نانک صاحب کو اونکی طاقت کو کمزور کرنیکے واسطے قتل کیا تو اونکے بہادر بیٹے گورو گوبند سنگھ جی نے جو گورو نانک صاحب کے دسویں جانشین تھے اپنے دہرم کی حفاظت کیواسطے صلح جو ہندوؤں کو اپنے بچاؤ کی خاطر ایک جنگجو قوم بنا دیا +

ایک مرتبہ گورو گوبند سنگھ نے اپنے شِشوں سے کہا کہ وہ دہرم جدہ کرکے جو دہرم کے شترو ہیں اُنہیں نشٹ کرینگے - یہہ سنکر ساری شش حیران ہوگئی اور کہنے لگے کہ ہے گرو مہاراج ہملوگ کمزور ہندو - بہادر پٹھانوں اور افغانوں کی تیغ اصفہانی کا کسطرح پر مقابلہ کرسکتے ہیں اون لوگوں کی لنبی لنبی ڈاڑہی اور بلدار موچھوں اور موٹی گردن اور دراز قد اور خونخوار صورت کو دیکھکر ہملوگ مارے خوف کے بیحواس ہوجاتے ہیں یہہ بزدلی کا جواب سنکر بہادر گورو گوبند سنگھ نے جسطرح سے مہابھارت کے جدہ کے سمے سری کرشن جی نے گھبرائے ہوئے ارجن کو چھتری دہرم کا اوپدیش کیا تھا جسمیں جو دہن اور اسکی فوج کے افسروں بھیشم پتامہ و درونا چارج وغیرہ کے سرکٹے ہوئے اپنا موہنہ کہولکر دکھائے تھے یعنی اپنی گیتا وارا اوپدیش کے ذریعہ ثابت کردیا تھا کہ سنجوگ اور وجوگ یا پیدا ہونا و مرنا دنیا کا ایک عام اصول ہے یعنی جو پیدا ہوا وہ ضرور مریگا مگر جو لوگ دہرم سے دُور رہ کر یعنی سچے مذہب کے برخلاف چلکر ظلم کرتے ہوئے زندگی بسر کرتے ہیں اونکا ظلم اونکو جلدی ہی ناش کردیتا ہے یعنی وہ جلدی ہی مرجاتے ہیں مگر مرنا اور پیدا ہونا استھول شریر یعنے جسم خاکی کا ہوتا ہے - آتما یعنے روح مرنے جینے سے مبرا ہے پس اس جسم خاکی کے لئے جو ضرور فنا ہوگا تمکو یعنے ارجن کو اپنے دہرم چھتری پن کو ہرگز نہ تیاگنا چاہئے - اسیطرح سے گورو صاحب نے بادشاہی ظلموں کا ذکر کرکے اپنے شِشوں سے کہا کہ اُنکو اونکا ظلم ہی تباہ کردیگا ساتھ ہی اس کے ویایام اور برہمچرج یعنے جسمانی ورزش اور ویرج کی حفاظت وغیرہ خاص خاص دہرم

کے انگوں کے فوائد بتلا کر اونسے کہا کر ان سادہنوں کو کرتے ہوئے تم بھی ڈاڑہی وغیرہ سارا بیر و الی بھیس اونسے زیادہ بہادرانہ اور خوفناک وضع کا دہارن کر لو سکہوں کا خطاب سنگہ یعنے شیر رکہا اور سکہوں نے اونکو سچا بادشاہ اور شہنشاہ اورنگ زیب کا نام نورنگا رکہا لاہی سنگوں کی ایک کونسل مقرر کی جسکا نام گورمتا رکہا دہرم اوپدیش کے ساتھہ ساتھہ ہی گذشتہ دہارمک پُرشوں اور شوریر و خصوصًا بہادر عورتوں کے حالات سنا کر سکہوں کو جوش دلایا کرتے تھے کہ جب تمہارے ملک میں ایسی ایسی عورتیں ہو گذری ہیں تو تم مرد ہو کر بہادرانہ زندگی اختیار کرکے دہرم کی رکہشا کیوں نہیں کرتے ÷

اُس آپت کال یعنے مصیبت کی وقت بہی جو ادہکاری شخص آتمک دہرم کے خواستگار تہے اونکو اوسی کا اوپدیش کرکے سادہن کرائے جاتے تہے اور صبح کا پہلا پہر عمومًا آتمک دہرم کے اوپدیش اور چرچے میں ہی خرچ ہوتا تھا چنانچہ ایک روز صبح کیوقت ہی گورمتا یعنے مجلس منعقد کرکے جدّہ کے معاملہ میں مشورہ کرنا پڑا جب سارے سنگہوں کو جمع کیا گیا تو معلوم ہوا کہ دو مشہور سنگہ غیر حاضر ہیں تلاش کرنی پر دیکہا گیا کہ وہ ایک رمنیک استہان میں درخت کی نیچے بیٹہے ہوئے آنکہہ بند کئے ہوئے جوت نرنجن کے دہیان میں محو ہیں کئی آوازیں دیں اونہوں نے کچہہ نہ سنا تب بدن کو ہلایا گیا اسوقت وہ فورًا تلوار اوٹہا کر کہڑے ہو گئے ÷

غرضیکہ اسطرح سے آہستہ آہستہ شاریرک اور آتمک دہرم کی اننتی کرتے ہوئے گورو صاحب نے اپنے سنگہوں میں چہتری دہرم کو اچہی طرح مضبوط کر دیا کیونکہ سچے اچاریہ جس دہرم کے انگ کی جس زمانہ میں زیادہ ضرورت سمجہتے ہیں اوسکا ذرا زیادہ پرچار کیا کرتے ہیں ÷

ایک روز پریکشا کے طور پر گورو صاحب نے سنگت سے کہا کہ دہرم جدّہ میں فتح پانی کے واسطے ضرورت ہی کہ ایک شخص اپنا سر یگ میں ہوم کرے ایسی کڑی پریکشا کو سنکر ایک بیر پُرش بہائی دیا سنگہ نام ذات کا کہتری سکنہ لاہور سامنے آیا۔ گورو صاحب اوسکو خیمہ کے اندر لے گئے اور آرام سے بٹہلا کر ایک بکرے کو جہٹکا کر دیا اور خون سے بہری تلوار ہاتھہ میں لئے ہوئے باہر نکل کر کہنے لگے کہ ایک سر کی اور ضرورت ہی۔ اسطرح کی انداہیش کرتے ہوئے پانچ سچے دہارمک اور بہادر سکہوں

کے ذریعہ ایک چمکور پتھہ بناکر دہلی کے بادشاہ اور اوسکے افسروں سے پینتالیس لڑائیاں لڑیں جنمیں سے مشتے نمونہ از خروارے کے طور پر ایک کا مختصر ذکر سنایا جاتا ہے*

ایک مرتبہ گورو صاحب معہ ایک مختصر جماعت سنگہوں کی چمکور ضلع لدہیانہ کے قلعہ میں محصور ہوگئے۔ اوسوقت اونہوں نے جبکہ بہت سی سنگہہ مر چکے تب اپنی بڑے لڑکے کو بیشمار بادشاہی فوج سے لڑنے کو بھیجدیا اور اوسکے مارے جانے پر کچہہ بہی افسوس نکرتے ہوئے دوسرے لڑکے کو مقابلہ کرنیکا حکم دیا وہ فوراً شستر باندہکر چلنے کو تیار ہوا اوس وقت اوسنے بسبب تشنگی کسی سنگہ سے تہوڑا سا پانی مانگا۔ مگر گورو صاحب نے فرمایا کہ تمہارا پانی وہاں ہی رکہا ہی جہاں کہ تمہارا بڑا بھائی گیا ہی۔ اے پیارے لڑکے تم جلد قلعہ سے باہر نکلکر یا تو دشمنوں کے خون سے اپنی پیاس کو بجہاؤ اور یا اپنے بڑے بہائی کے پاس جاکر سورگ کے امرت سے اپنی پیاس کو بجہانا اسطرح سے کہتے ہوئے آپنے لخت جگر کو موت کے منہہ میں دہکیل دیا۔ دو بڑے لڑکے اسطرح اونکی آنکہوں کے سامنے دہرم جدہ میں کام آئے اور دو چہوٹے لڑکے سرہند کے صوبہ کی قید میں پہنس گئے۔ اوسنے پہلے تو لالچ دیا کہ وہ لڑکے مسلمان ہوجاویں لیکن انکار کرنے پر دونو بچوں کو گلے تک دیوار میں چنوا دیا اور کہا کہ اب بہی مسلمان ہوجاؤ مگر اونہوں نے اسوقت بہی انکار ہی کیا اور دلیری سے بولے کہ پاپی ہمکو جلد ہی مار ڈال تاکہ تیرا تیج اور ظلم کرنے کی طاقت بہی جلد ہی نشٹ ہوجاوے۔ غرضکہ دونوں چہوٹے لڑکے دیوار میں چنے جاکر دہرم کے بلیدان ہوئے۔ اور اونکے بعد کئی بیر پرشوں نے ایسا ہی کیا*

آخر اسقدر محنت۔ شجاعت۔ اور استقلال سے دہرم پرچار اور اعلے درجہ کی قربانیوں کا یہہ نتیجہ ظہور پذیر ہوا اور ضرور ہونا ہی تہا کہ قوم سکہ اعلے درجہ کی دہارمک اور بہادر بنگئی۔ اسی قوم سے شیر پنجاب مہاراجہ رنجیت سنگہ اور اونکے بہادر افسر ہری سنگہ نلوہ وغیرہ پیدا ہوئے۔ مگر افسوس کہ ساما جک انتی کا معقول انتظام نہ ہونیکے سبب جسقدر محنت اور تکالیف اونہوں نے دہرم کی رکہشا میں اوٹہائیں اوسقدر اندازہ کا سکہ اونکو میسر نہ ہوا*

مسلمانی سلطنت کے کمزور ہونے پر ممکن تھا کہ بہادر سکھہ رفتہ رفتہ اپنی ساماجک انتی کا انتظام کر کے زیادہ طاقت اور سکھہ حاصل کرتے۔ مگر اوسوقت مغربی تہذیب سے بہرے ہوئی قوم انگریزی کا دور دورہ شروع ہوا جنکی بدولت علم اور آزادی اور بیشمار دنیاوی ترقی ہندوستان کو نصیب ہونی شروع ہوئی انگریزی راج کے ساتھہ عیسائی مت کا بھی اثر پھیلنا شروع ہوا جسکا ذکر بھی مختصر طور پر سن لیجئے +

## مختصر حال پیدائش حضرت عیسےٰ اونکی مت اور ساماجک انتی کا

جب رومیوں اور یہودیوں میں دھرم کا ابھاؤ اور ریاکاری وغیرہ کا زور ہوا تب ایران کے مغرب میں جوڈیا شہر کے ایک موضع بیتھلم نام میں حضرت عیسےٰ کی پیدائش ہوئی۔ ان میں شروع سے ہی ایسے ایسے چن یعنے آثار دکھلائی دیتے تھے جنکی سبب اکثر عقلمند آدمی اونکی نسبت خیال کرتے تھے کہ وہ دنیا میں کوئی بڑا کام کرنیکے واسطے پیدا ہوئے ہیں جوڈیا کے بادشاہ کو جب اس قسم کے حالات معلوم ہوئے تو اوسنے حضرت عیسےٰ کو جطرح سے راجہ کنس نے سری کرشن جی کو مارنا چاہا تھا۔ مارنے کا ارادہ کیا اور اس وجہ سے مریم حضرت عیسےٰ کو لیکر مصر کے ملک میں چلی گئی اور بادشاہ کی وفات کے بعد پھر اپنے ملک میں آگئی +

جب حضرت عیسےٰ قریب بارہ برس کی عمر کے ہوئے تو وہ اپنی ماتا مریم کے ساتھہ یہودیوں کے متبرک شہر جیروزلم کے سالانہ میلے پر گئے اور باوجود لڑکپن کی عمر کے اپنی ماتا سے علیحدہ ہو کر ٹیمپل یعنی بڑے بڑے علماؤ فضلا رکے پاس جاکر دھرم کے سوکھشم انگوں پر سوالات کئے اور اونکی حکیمانہ گفتگو کو نہایت دل لگا کر سنا اور جب اونکی ماتا نے اونسے پوچھا کہ وہ اس سے الگ کیوں ہو گئے تھے تو جواب دیا کہ میں اپنے پرم پتا پرمیشر کے کام میں مصروف ہونے کو الگ ہوا تھا +

حضرت عیسےٰ سے کچھہ عرصہ پیشتر ایک مہاتما سنت جوہن نام کا ظہور ہوا ہے وہ عموماً جارڈن ندی کے آس پاس رہتے تھے۔ اس مہاتما نے تیس برس کی عمر میں دھرم کے اپدیش کا کام شروع کیا۔ اونکی زبان میں ایسا اثر تھا کہ بیشمار آدمی انکا کلام سننے کو آتے تھے اونکا اپدیش عموماً یہ ہوا کرتا تھا کہ گناہوں سے

توبہ کرو یعنی گناہ کرنے سے سچے دل کیساتھ پرہیز کرو اور پھر خالق کی طرف متوجہ ہو وہ کہتے تھے کہ پاپیوں کے زندگی روپی درخت کی جڑ کو کلہاڑی سے چھیدی پاپ کہو کلا کرنے والی کلہاڑی روپی پاپوں سے بچکر نیک اعمال روپی پہلوں سے درخت کو سرسبز کرو ورنہ بہت جلد ہی درخت کھوکلا ہو کر جڑ سے گر پڑیگا۔

جو کوئی سنٹ جوہن کے مذکورہ بالا اپدیش کو سنکر گناہوں سے توبہ کرتا تہا اسکو سنٹ موصوف جارڈن دریا کے پانی سے اپنے خیال کے بموجب شدھ کیا کرتے تھے اور اپنی اصطلاح میں اسکو بپتسما کہتے تھے اسیوجہ سے اونکا نام جوہن دی بپٹسٹ مشہور ہو گیا۔

جب سنٹ جوہن نے بہت سے آدمیوں کو گناہ سے توبہ کرا کر بپتسما دیا تو اونکی شہرت ہونی شروع ہوئی اور حضرت عیسٰے بہی اونکے پاس گئے اور اون سے بپتسما لیا۔

سنٹ جوہن سے بپتسما لینے کے بعد حضرت عیسٰے ایک سنسان جنگل میں گئے اور وہاں چالیس روز تک دل کو یکسو کر کے سوچتے رہے کہ کس طریقے سے دھرم کے اپدیش کو شروع کریں۔

چالیس روز کے بعد جنگل سے واپس آکر حضرت عیسٰے نے اپدیش کا کام شروع کیا اونکی زبان میں بہی سنٹ جوہن کیطرح بلکہ اون سے زیادہ اثر تھا اور بہت آدمی اونکا اپدیش سننے کے لئے جمع ہو جاتے تھے۔ کچھ عرصہ اپدیش کرنیکے بعد حضرت عیسٰے نے ارادہ کیا کہ چند آدمیوں کو اپنے ہمراہ رکہکر اور مناسب تربیت و ہدایات دیکر مختلف مقامات میں دہرم پرچار کی خاطر بہیجیں۔ پہلے لایق آدمیوں کی تلاش کی اونکی دستیاب ہونے پر چند مچھلی پکڑنے والوں کو شاگرد کیا اور اونسے کہا کہ اگر تم مچھلی پکڑنا چھوڑ کر میرے ہمراہ رہو تو بجائے مچھلیوں کے آدمیوں کا شکار کرنیکے لایق ہو جاؤ گے۔ اسیطرح سے بارہ آدمیوں کو اپنا شاگرد بنا کر حضرت عیسٰے نے اونکو حواری کا خطاب دیا۔ مگر افسوس اونمیں سے ہی ایک نے تہوڑے روپیہ کے لالچ میں آکر حضرت عیسٰے کو اونکے دشمنوں کے سپرد کرا دیا جسکا مختصر حال اسطرح پر ہے کہ جب حضرت عیسٰے کے پیرو کار زیادہ ہو گئے

تب اونہوں نے یہودیوں کے مبترک شہر جریلوزلم میں شان و شوکت کے ساتھ جانا چاہا۔ حضرت عیسےٰ نے دو شاگردوں سے کہا کہ ایک خر یعنے گدہا کرایہ کر کے لاؤ جریلوزلم میں گدہے کی سواری اکثر بادشاہ اور بڑے بڑے آدمی استعمال کرتے ہیں گدہے پر سوار ہوکر حضرت عیسےٰ جریلوزلم میں داخل ہوئے۔ اونکی شاگردوں نے اپنے کپڑے اور سبز درختوں کے پتے وغیرہ بچہا دیے تھے اور ہزاروں آدمیوں کا اژدحام ساتھ ہو گیا تھا اوس اژدہام میں یہہ نعرہ دیا جاتا تھا کہ بہالا ہو یہودیوں کے بادشاہ حضرت عیسےٰ کا۔ ان باتوں سے جریلوزلم کے مندر کے پادری حسد سے اور حاکم پولیٹیکل وجوہات سے ناراض ہوئے اونہوں نے حضرت عیسےٰ کو کہا کہ وہ اپنے ساتہیوں کو ان حرکات سے منع کریں۔ مگر حضرت عیسےٰ نے منع کرنیسے انکار کیا۔ اسپر بڑے پادری نے تیس روپیہ رشوت دیکر حضرت عیسےٰ کے ایک شاگرد یہوداہ نام کے ذریعہ اونکو گرفتار کرایا۔ اوس وقت سارے شاگرد فرار ہو گئے حضرت عیسےٰ پائلٹ نام حاکم جوڈیا کے سامنے پیش کیے گئے جہانسے اونکو پہانسی دینا تجویز ہوا+

حضرت عیسےٰ نے قریب تین برس اوپدیش کرنے کے بعد پہانسی پائی اونکا اپدیش عموماً زبانی ہوا کرتا تھا جسکو سنٹ متہوس و سنٹ پال وغیرہ قلمبند کر کے انجیل کے نام سے مشہور کیا ہی اوسمیں زیادہ تر یہہ لکھا ہوا ہی کہ جیسی جیسی حضرت عیسےٰ سے پیغمبروں نے پیشینگوئیاں کی تہیں ویسی ویسی سب باتیں حضرت عیسےٰ نے اوکیں اور ان باتوں کو معجزہ کہا گیا ہی گو اکثر باتیں بہت معمولی اور کمتر درجہ کی ہی ہیں بپتسمے کی رسم پر مسئلہ تثلیث پر اور نجات کے واسطے حضرت عیسےٰ پر یقین لانے کا بہت زور دیا جاتا ہے+

عیسائی مت کے مسئلہ تثلیث پر اکثر آدمی بہت تامل اور بحث و مباحثہ کیا کرتے ہیں بلکہ اوسی مذہب کے بہت آدمیوں سر جنتس وغیرہ نے شروع سے ہی ناقابل تسلیم سمجہا ہے ان عیسائی اصحاب کو یونیٹیرین اور نام سے ملقب کیا جاتا ہی+

حضرت عیسےٰ کی موت کے بعد سنٹ پال وغیرہ کی کوشش سے اونکے مت کو بہت ترقی ہوئی مگر رفتہ رفتہ حضرت پوپ کے زور ہونیسے بہت سی برائیاں پہیل گئیں

جنکے دور کرنے کیواسطے جرمنی کے رہنے والے مارٹن لیوتھر نے بیشمار تکالیف اٹھاکر اور پوپ جیسے زبردست کو جنکے تابع سارے عیسائی بادشاہ تھے نیچا دکھلاکر عیسائی مذہب کی اصلاح طلب خرابیوں کو درست کرنا چاہا۔ اگرچہ پرانے خیالات والوں نے جنکو رومن کیتھولک کہتے ہیں اسکی بات کو نہیں سنا اور اوس سے مخالفت کی تاہم ایک بہت بڑا سمجھدار آدمیونکا گروہ جسکو پروٹسٹنٹ کہتے ہیں لوتھر کا مددگار ہوگیا جنکی مدد سے اوسنے سا ماجک اونتی کے باقاعدہ اصول قایم کئے لاکھوں روپیہ اور ہزاروں آدمی اس کام میں اکھٹے ہوگئے۔ دہرم کے ساتھ ساتھ دنیاوی عروج بھی حاصل ہوجایا کرتے ہیں۔ چنانچہ لیوتھر کی اصلاح کے بعد عیسائی بادشاہوں کی سلطنتیں بھی وسیع ہونی شروع ہوئیں۔ ہندوستان میں بھی پرتگالی۔ فرانسیسی اور انگریزوں کا گذر ہوا اور سوداگری کرتے کرتے یہاں انگریزوں کا راج ہوگیا۔ راج کے ساتھ اونکا عیسائی مت بھی آیا اور جسطرح سے مسلمانی راج میں کبیر جی۔ گرو نانک جی صاحب چیتن جی وغیرہ کا ظہور رہا اسیطرح سے انگریزی راج میں برہمو سماج۔ آریہ سماج وغیرہ مذہبی گروہ قائم ہوئے ؂

برہمو سماج۔ راجہ رام موہن رائے صاحب ۱۷۷۴ء میں ایک اعلےٰ خاندان برہمن میں پیدا ہوئے۔ شروع سے ہی اونکو مذہب میں ایک خاص دلچسپی تھی اور چھوٹی ہی عمر میں اونہوں نے فارسی عربی سنسکرت اور انگریزی لیاقت حاصل کرلی اور اوسی عمر میں اونہوں نے اپنے خیالات مذہبی ایک رسالہ کی شکل میں شائع کئے جسپر اونکے والدین وغیرہ اسقدر ناراض ہوئے کہ اوسی عمر میں انکو اپنے گھر سے جدا ہوکر دور دراز سفر اختیار کرنا پڑا جسکی سبب گو اونکو جسمانی تکالیف پیش آئیں مگر مذہبی واقفیت اونکی زیادہ وسیع ہوگئی۔ اس سفر کے بعد اونہوں نے ملازمت سرکاری اختیار کرلی اور اوسمیں اپنے حسن انتظام و دیانت داری وغیرہ سے بہت شہرت اور ناموری حاصل کی اس عرصہ میں وہ مذہبی اصلاح کی طرف بھی پورے ساعی رہے جسکا نتیجہ یہہ ہوا۔ کہ ۱۸۳۰ء میں۔ راجہ رام موہن رائے نے برہمو سماج قائم کی۔ اونکو سچائی کے سچے دل سے تلاش تھی جسکے واسطے اونہوں نے بائبل۔ قرآن اور ویدوں کا مطالعہ کیا اور یہہ نتیجہ نکالا کہ خدا کی ہدایت

کا ذکر اور روحانی ترقی کے وسایل اونمیں موجود ہیں۔ اونہوں نے مسٹر آدم اور چند دیگر یورپین اور دیسی اصحاب کو اپنا ہمخیال بنا لیا تہا۔ یہہ جملہ اصحاب ہر اتوار کو اکٹہے ہو کر دہرم چرچا کیا کرتے تہے ؛

عرصہ تک برہمو سماج میں وید بہت زیادہ تعظیم کی نگاہ سے دیکہتے جاتے رہے۔ ۱۸۳۹ء میں بابو دیبندر ناتہہ ٹہاکر کی طبیعت دہرم کیطرف متوجہ ہوئی اور اونہوں نے راجہ رام موہن رائے کی کوششوں میں ہاتہہ بٹانا چاہا۔ اونہوں نے ایک تتو بودہنی سبہا قایم کی۔ ایک چہاپہ خانہ اور ایک اخبار جاری کیا اور چار برہمنوں کو کاشی میں ویدوں کی اصولوں کو اچہی طرح معلوم کرنیکو بہیجا۔ لیکن جب برہمنان مذکورہ کاشی سے واپس آئے تو وہ ویدوں کی نسبت عمدہ رائے نہیں رکہتے تہے۔ بابو دیبندر ناتہہ ٹہاکر نے خود بہی تحقیقات کی اور برہمنوں کی رائے سے متفق ہوئی اسوقت سے ویدوں کی عظمت مثل سابقہ برہمو سماج میں نہیں رہی۔ اسکے بعد کئی وجوہات سے برہمو سماج میں آدی برہمو سماج۔ سادہارن سماج نیو ڈسپینسیشن کے نام سے تین فرقے ہو گئے بابو کیشب چندر سین نے اپنی اعلےٰ درجہ کی تقریروں اور تحریروں سے ہندوستان اور انگلستان میں برہمو سماج کی بہت شہرت اور مضبوطی کی اوّل اوّل راجہ رام موہن رائے نے ایک آتیمہ سبہا قایم کی تہی۔ مگر یہہ سبہا سخت مخالفت کے باعث جلد شکست ہو گئی۔ زاں بعد انہوں نے اس سماج کی بنیاد ڈالی جسکی وجہ سے انکا نام اجتک اسقدر مشہور چلا آتا ہے ؛

راجہ رام موہن رائے نے ۱۱۔ ماگہہ سمت ۱۸۸۶ میں ایک عالیشان مندر تعمیر کرایا۔ اور جو قواعد اور اصول پرستش مندر مذکور میں رکہے گئے تہے۔ وہ برہم سماج کے بانی کے مذہبی خیالات کا پورا اور سچا فوٹو ہیں ہم ذیل میں مختصراً عہد نامہ برہم مندر کی چند دفعات کا اردو ترجمہ ہدیہ ناظرین کرتے ہیں ؛

(۱) اس مندر میں صرف ایک پار برہم پرمیشور کی جو ست۔ ساد اور غیر مبدل ہے۔ اپاسنا کیجائیگی جسمیں بلا کسی قید کے ہر شخص کو دہرم بہاؤ سے پریتی پوربک شامل ہونیکا ادہکار ہوگا ؛

(۲) اسکے اندر کوئی تصویر یا مورتی یا کوئی اور شے ایسی نہیں رکہی جائیگی

جسکے کسیوقت (ایشور) کی جگھہ مانے جانیکا احتمال ہو سکے +

(۳) اسکے اندر کسی جان کو تلف نہیں کیا جایگا اور نہ سوائے اشد ضرورت کے اسکے اندر کھانے پینے کی اجازت ہوگی +

(۴) کسی ایسی جاندار یا بیجان شے کی نسبت جسکی کسی فرقہ کے لوگ پرستش کرتے ہوں - حقارت آمیز الفاظ استعمال نہ کئے جاینگے - اور نہ انکا ذکر ایسے الفاظ کے ساتھہ کیا جایگا +

(۵) مندر ہذا میں صرف ایسے اپدیش دئے جاینگے جس سے خالق کائنات کے دھیان کی طرف زیادہ رغبت ہو - پاکیزگی اخلاق اور متر بہاؤ بڑہے - اور مختلف مذاہب اور عقاید کے شخصوں کے درمیان رابطہ اتحاد مضبوط ہو - وغیرہ وغیرہ - موجودہ اصول برہمو سماج حسب ذیل ہیں +

اصول برہم دھرم - (۱) کل کائنات کو پیدا کرنیوالہ ایک ہی - جو کامل ابدی اور لاثانی ہی (۲) وہ قادر مطلق - علیم کل - عادل - پاک - محبت کل اور ہر جگھہ حاضر و ناظر ہی - (۳) روح انسانی غیر فانی ہے اور لا انتہا ترقی کرنے کی قابلیت و خاصیت سے مشرف + (۴) خداوند تعالے سب کا باپ ہی اور کل انسان آپس میں بہن اور بہائی کیطرح ہیں + (۵) اپنی زندگی میں اعتدال اور کل مخلوق کے ساتھہ اتحاد رکھنا روح کی علت غائی ہے +

(۶) اس علت غائی کے موافق عمل کرکے روح اپنے اور اوروں کیلئے مفید ورنہ مضر بنتی ہے +

(۷) کوئی کتاب یا انسان غلطی سے خالی اور گناہ سے نجات دینے کا کامل ذریعہ نہیں ہے +

(۸) روحانی عبادت اور خدا کی مرضی کے موافق خیال کلام اور عمل کرنا سچی عبادت ہے

بمبئی کے صوبہ میں بہت سے تعلیم یافتہ اصحاب نے بجائے برہمو سماج کے - پرارتھنا سماج کے نام سے سبہائیں بنائیں جنکے اصول قریب قریب برہمو سماج کی سی ہیں لیکن ذات کی پابندی کو نہ توڑا گیا ہے - توڑنے کی کوشش کی گئی ہے

مختصر حال آریہ سماج ۱۸۷۵ء کے قریب سوامی دیانند جی سرستی اپنے گرو

سوامی وِرجانند سرسوتی متوطن متھرا برہمن تھے۔ ودیا حاصل کرنے کے بعد مون
برتی یعنے خاموشی کی حالت میں صرف ایک کوپین (لنگوٹی) باندھے ہوئے
گنگا جی کے کنارہ پر رہتے تھے۔ ان کے ویراگ اور سنسکرت ودیا کا حال سنکر
راجہ جے کشن داس صاحب رئیس چندوسی مرادآباد نے بہت کوشش کرکے اپنے
پاس بلایا اور کئی سو روپیہ کی کتب اسواسطے خرید کی گئیں کہ ویدک دھرم کی ترقی کی غرض سے
اونکا ترجمہ شایع کیا جاوے۔ بعرصہ بعد سوامی جی موصوف نے کانپور فرخ آباد
وغیرہ مقامات میں دورہ کرکے وہاں کے متمول اصحاب کے ذریعہ چند سنسکرت
پاٹ شالا قایم کیں جہاں ودیارتھیوں کو مذہبی کتب سنسکرت زبان میں
پڑہائی گئیں۔ مگر اس میں خاطر خواہ کامیابی نہ دیکھکر سوامی صاحب نے زمانہ کی حالات
پر غور کرکے دورہ کرتے ہوئے لکچر دینا شروع کیا اور چاند پور وغیرہ مقامات
پر مختلف مذاہب کے اشخاص سے مباحثے بھی کئے جنمیں اونکو اچھی
کامیابی ہوئی ۞

سوامی صاحب مورتی پوجن کا کھنڈن نہایت زور سے کرتے تھے اور ویدوں
کو ایشر کرت مانکر اونکی ویاکھیا یعنے تشریح بحوالہ اشٹ ادھیائی۔ مہابھاش نرکت
نگھنٹو آدی سائنٹفک اصولوں پر کرتے تھے کہ جملہ علوم و فنون کے بیج ویدوں میں
موجود ہیں۔ سوامی صاحب نے رگ وید کا قریب تین چوتھائی ترجمہ
کر لیا تھا۔ اور اونکی بنائی ہوئی تین پستکیں آریہ سماج اور دیگر مذہبی حلقوں
میں اچھی طرح پھیلی ہیں۔ (۱) گئو کرونا ندہی جسمیں گاے کی و پشون کی حفاظت
پر زور دیا ہے۔ (۲) ستیارتھ پرکاش جسمیں ویدوکت اصول و ہدایتوں
کا مختصر ذکر۔ سوامی صاحب کا اپنا سدھانت اور مختلف مذاہب کے کھنڈن منڈن
کا ذکر کیا گیا ہے (۳) وید بھاشیہ بھومکا یعنے ویدوں کے ترجمہ کا دیباچہ ۞

سوامی صاحب کی شہرت سنکر برہمو سماج لاہور نے اونکو مدعو کیا اور اپنے اہتمام
اور انتظام میں اونکے لکچر کرائے۔ جب انکے چند لکچر برہمو سماج میں ہوچکے۔ جسنے
تمام لاہور میں ایک قسم کی ہل چل مچ گئی۔ تب بہت سے اصحاب انکے ہمدرد اور ہم
خیال ہو گئے اونہوں نے اپنے طور پر سوامی صاحب کے قیام کا انتظام کرکے لکچر کرائے

جسکا نتیجہ یہہ ہوا کہ دس اصول تیار ہوکر لاہور میں زبردست آریہ سماج قائم ہوئی اور اسیطرح سے صوبہ پنجاب - شمال مغربی اضلاع - راجپوتانہ وغیرہ میں انہیں اصولوں کے موافق سماجیں قائم ہونی شروع ہوئیں - دس اصول یہہ ہیں +

آریہ سماج کے اصول + (۱) سب ست ودیا اور ست ودیا سے جو پدارتھ جانے جاتے ہیں اون سب کا آدی مول پرمیشور ہے +

(۲) ایشور سچدانند سروپ - نراکار - سرو شکتیمان - نیاکاری - دیالو - اجنما - اننت نروکار - اناوی - انوپم - سرو ادھار - سرویشور - سرو ویاپک - سرو انتریامی اجر - امر - ابھے - نت - پوتر اور سرشٹی کرتا ہے - اسی کی اپاسنا کرنی یوگ ہے +

(۳) ہوید ست ودیاؤں کا پستک ہے - وید کا پڑھنا پڑھانا اور سننا سنانا سب آریوں کا پرم دھرم ہے +

(۴) ست گرہن کرنے اور است کے چھوڑنے میں سرودا اودیت رہنا چاہئے +

(۵) سب کام دھرم انوسار ارتھات ست اور است کو وچار کر کرنے چاہئیں +

(۶) سنسار کا اپکار کرنا آریہ سماج کا مکھہ ادیش ہے - ارتھات شاریرک اتمک اور ساماجک اتنی کرنا +

(۷) سب سے پریتی پورؤک - دہرمانوسار - یتھا یوگ برتنا چاہئیے +

(۸) اودیا کا ناش اور ودیا کی وردھی کرنی چاہیے +

(۹) ہرتیک کو اپنی ہی اُنتی سے سنتشٹ نہ رہنا چاہیے کنتو سب کی اُنتی میں اپنی اُنتی سمجھنی چاہیے +

(۱۰) سب منشوں کو ساماجک سرو ہتکاری نیم پالنے میں پرتنتر رہنا چاہیے اور پرتیک ہتکاری نیم میں سب سُتنتر رہیں +

کچھہ دیر تک سماج اچھی طرح چلتا رہا اور بعد میں ممبران میں کئی قسم کے اختلاف کی وجہ سے جھگڑا ہونے کے سبب صوبہ پنجاب میں اکثر جگہہ دو دو سماج ہو گئیں +

کرنل آلکٹ صاحب اور میڈم بلیڈوسکی کی کوشش سے تھیوسفیکل سوسائٹی

کی بنیاد ہندوستان میں پڑی - جو سنسکرت پراچین پوتھیوں کا ترجمہ وغیرہ کر کی ساد ہارن دہرم کیطرف توجہ دلانے کی کوشش کرتے ہیں اوسکے تین اصول حسب ذیل ہیں +

(۱) قایم کرنا ایک ایسی مرکز کا کہ جسمیں کل نوع انسان بلا لحاظ مذہب و فرقہ مثل بہائیوں کے جمع ہوں اور ایک دوسرے کو طبقہ روح پر ایک سمجھیں - (۲) آریہ اور دوسرے مشرقی علوم و مذاہب و فلسفے کو غور و تحقیقات کے ساتھہ مطالعہ کرنا اور ایسے مطالعہ کی ضرورت و نفع کو ثابت و شایع کرنا - (۳) عالم اور انسان کی قوائے مخفیہ کی تحقیقات کرنا +

۱۸۸۵ء سے ہندوستان کی راج نیتی کے متعلق معاملات پر غور کرنیکے واسطے ایک جلسہ انڈین نیشنل کانگرس کے نام سے جاری ہوا ہی جو سال بسال مختلف مقامات ہندوستان میں اپنا اجلاس کرتا ہے - اوس جلسہ کے موقع پر ہی ۱۸۸۷ء سے ایک جلسہ انڈین سوشل کانفرنس کے نام سے شروع ہوا ہی جسمیں عموماً رسم و رواج کی اصلاح پر غور ہوا کرتا ہے - اوس جلسہ کیطرح کئی برادریوں میں رسم رواج و تعلیم کے متعلق غور کرنے کو سالانہ جلسے منعقد ہونے لگے ہیں جنکو عموماً کانفرنس کے نام سے ملقب کیا جاتا ہی +

جب آریہ سماج نے مورتی پوجن آدی کا کھنڈن شروع کیا تو مورتی پوجا آدی کے طرفداروں نے اپنے دہرم کی رکھشا کیواسطے بھارت دہرم مہا منڈل کی بنیاد ڈالی اور اکثر جگہہ سناتن دہرم سبھا نام سے سبھائیں قایم کیں +

**مختصر حالات دہرم مہوتسو**

مذکورہ بالا جملہ سبھاؤں اور سوسائیٹیوں کے لائق اصحاب و نیز دیگر دہرم کے متلاشیوں اور دہارمک پرشوں کے ذریعہ ۱۸۹۵ء میں دہرم مہوتسو کا ظہور ہوا جسکی اصلی غرض یہہ ہے کہ سارے دیش کے منتخب عقلمند اصحاب سال بسال یا مناسب وقفہ کے بعد اپنی مشترکہ ضروریات پر غور کریں اور مذہبی تعصب اور طرفداری کو چھوڑ کر دہرم کی ترقی میں مصروف ہوں پہلا جلسہ دہرم مہوتسو کا بمقام اجمیر ۲۶ - ۲۷ و ۲۸ ستمبر ۱۸۹۵ء کو منعقد ہوا جسمیں مفصلہ ذیل مذاہب اور فرقوں کے اصحاب نے پریتی پوریک اپنے اپنے سدہانت بیان

کبیر پنتھی مت - وشنو مت - نمبارک سمپرداے - بلبھاچاریہ سمپرداے - رامانج سمپرداے - ویدانت مت - برہمو سماج - آریہ سماج - پرارتھنا سماج - سکھ مت - رادہا سوامی مت - جین مت - مسلمانی مت - عیسائی مت ✤

## دھرم مہوتسو کے اغراض و مقاصد

## ۱- دھرم کی طرف رُچی پیدا کرانا -

باوجودیکہ آجکل بیشمار مت متانتر موجود ہیں اور نئے ہوتے جاتے ہیں پھر بھی آجکل کے تعلیم یافتہ اصحاب اکثر یا تو دہرم کو فضول چیز سمجھتے ہیں یا اخلاقی غلطی اور اسی وجہ سے اسطرف توجہ نہیں لگاتے ۔ دھرم مہوتسو کی خاص غرض یہ ہے کہ عوام کے دلوں میں دہرم کا رجحان پیدا کرے ✤

## ۲- دھرم کے حاصل ہونے کیواسطے سہل اور عملی طریقے پیدا کرنا

مذہبی اصول اور فروعات اس قدر آپس میں ملائے گئے ہین اور ایسی مشکل عبارت اور اصطلاحی الفاظ مین اُن کو ظاہر کیا جاتا ہے کہ اکثر اصحاب دہرم کیطرف توجہ دینے کا ارادہ ہی نہیں کرتے ہیں - اور ارادہ کرتے ہیں تو سمجھ نہیں سکتے یا غلط سمجھنے کے سبب بہت نقصان اٹھاتے ہین - دہرم مہوتسو ایسے وسایل پیدا کریگا جن سے ہر شخص باآسانی دھرم کے عمدہ اصولوں سے ماہر ہوسکے ✤

## ۳- دھرم کے معاملات مین سہن شکتی یعنی تحمل کا پیدا کرنا

دہرم کے معاملات میں تعصب وغیرہ وجوہات سے اکثر لڑائی جھگڑے ہوجاتے ہیں - جس کے سبب صلح پسند اصحاب دوسرے مذہب والوں سے ملنا نہیں چاہتے ہیں اور اس طرح اونکی معلومات محدود رہتی ہین - اور چونکہ دہرم مہوتسو کے جلسے میں سب سے بڑا یہ قاعدہ ہے کہ کوئی شخص دوسرے پر ظاہرا یا اشارتاً

ہرگز حملہ نہ کرے۔ اس وجہ سے سہن شکتی خودبخود پیدا ہوتی ہے جیسا کہ اجمیر کے جلسے میں ہزاروں آدمیوں نے اپنی آنکھ سے دیکھا ہے۔ جلسے کے بعد بھی سہن شکتی اور باہمی پریتی کا یہ حال تھا کہ نانظر دوارہ کی ادھکاری جی نے جملہ ہندو۔ آریہ۔ برہمو۔ مسلمان۔ عیسائی ڈیلیگیٹ اصحاب کو اپنے ہاں ٹی پارٹی میں مدعو کیا۔ اور بعد جلسہ دھرم مہوتسو آریہ سماج اجمیر نے اپنے منڈپ میں مسٹر نگرکر صاحب برہمو مشنری کا لکچر کرایا۔

## ۴ جسمانی۔ اخلاقی اور روحانی ترقی کے وسائل پیدا کرنیکی کوشش کرنا

جب بغیر تعصب اور طرفداری کے علم دوست لوگ جملہ مذاہب کے اصولوں کو سنینگے اور مقابلہ کرینگے تو ضرور سچے اصول مذہب کے معلوم ہو جاوینگے اور ان کے سبب خودبخود انیر جل ہونے لگے گا جس کا لازمی نتیجہ یہ نکلیگا کہ جسمانی۔ اخلاقی اور روحانی ترقی حاصل ہو کر سچی شانتی پھیلے گی۔

اس امن اور آزادی کے زمانہ میں جبکہ بیشمار لایق اصحاب اپنا عزیز وقت روپیہ اور توجہ دھرم کی ترقی کیواسطے خرچ کر رہے ہیں۔ ہر ایک بھی خواہ مذہب کا فرض ہے کہ اپنی طاقت کے موافق مدد کرے تاکہ اون کی امداد اور نیار کاری پرماتما کی سہایتا سے ساماجک اونتی میں حسب دلخواہ کامیابی ہوکر سچے دھرم کی ترقی ہو اور اوس کے ذریعہ سکھ کی بردھی اور دکھ کی کمی ہو۔

**ساماجک اونتی سے پاکو لک دھرم کی ہی ترقی ہوتی ہے**

جس طرح سے جسم میں من ایک ایسا مشترکہ پدارتھ ہے کہ وہ استھول شریر اور اندریوں سے مل کر ادنیٰ درجہ کے کاموں کو انجام دیتا ہے اور بدھی اور جیو آتما سے مل کر اعلےٰ درجہ کے کاموں کو انجام دیتا ہے۔ اسی طرح سے ساماجک دھرم کو بھی سمجھنا چاہیے اور سکے عمدہ انتظام سے لوکک دھرم کی بھی حسب دلخواہ ترقی ہوسکتی ہے اور پارلوکک دھرم کی بھی چنانچہ جبتک ہندوستان میں ساماجک انتظام عمدہ تھا اس وقت علاوہ دنیاوی ترقی کے پانجلی اور ویاس جیسے رشی بھی پیدا ہوتے تھے۔ لیکن جبکہ ساماجک انتظام کو چلانے والے

لایق اصحاب معدوم ہوئے۔ روحانی علوم پھیلانے والے اصحاب بھی عنقا ہو گئے اور اگر اب پھر لایق اصحاب ساماجک دہرم کو عمدہ طرح پھیلادین تو روحانی علوم کے جاننے والے اور پھیلانے والے اصحاب کی بھی تعداد بڑہنی ممکن ہے۔ اس واسطے ہر ایک دنیاوی اور روحانی ترقی چاہنے والون کا فرض ہے کہ تن من اور دہن سے ساماجک دہرم کے قایم کرنے اور چلانے مین مدد دین *

# فہرست مضامین سادھارن دہرم جلد دویم پارلوکگ دہرم



## جلد دویم حصہ اول سنیاس دہرم



## فہرست مضامین جلد دویم حصہ دویم جوگ ابہیاس

## فہرست مضامین جلد دویم حصہ سوم گیان



## فہرست مضامین جلد دویم حصہ چہارم موکش

# جلد دویم سادھارن دہرم

## پارلوکک دہرم یعنی فرائض عقبیٰ

پارلوکک دہرم کی ویاکھیا۔

اس دنیا میں ہر ایک جیو جب پیدا ہوتا ہے تو کچھ عرصہ تک جملہ طاقتیں
آہستہ آہستہ بڑھنی شروع ہوتی ہیں۔ کچھ عرصہ تک عمدہ حالت میں رہتی
ہیں پھر آہستہ آہستہ کمزور ہونی شروع ہوتی ہیں اور آخر میں شریر یعنے جسم خاکی فنا
ہو جاتا ہے۔ کون کون سی طاقتیں کس کس وقت اور کس کیطرح ترقی و تنزل پذیر ہوتی
ہیں اور جیو کہانسے آتا ہے اور پھر کہاں چلا جاتا ہے۔ کیطرح آتا ہے اور کسطرح جاتا ہے
ان سب باتوں کو ٹھیک ٹھیک جاننے اور اوسنے فائدہ اٹھانے اور دوسروں کو
بتلانے اور اوسپنے عمل کرانے کو پارلوکک دہرم یعنے فرائض عقبےٰ سمجھنا چاہیے۔

جسم خاکی کی پیدائش اور ترقی

دراصل جسم خاکی کا اگر شاریرک دہرم وغیرہ کی ٹھیک ٹھیک پابندی کی
جاوے تو قریب پچاس برس تک ورنہ جس اندازہ سے پابندی عمل میں
آوے اوس وقت تک کوئی نہ کوئی حصہ پیدا اور ترقی پذیر ہوتا رہتا ہے۔ اسکے
بعد اوسیقدر عرصہ تک آہستہ آہستہ کوئی نہ کوئی حصہ ہر وقت کمزور ہونا اور مرنا شروع
ہو جاتا ہے اور جب بہت زیادہ جسمانی طاقتیں کمزور ہو جاتی ہیں اور مر جاتی ہیں تب جیو
جسم کو چھوڑ دیتی ہے۔ لیکن روحانی شکتیاں ہمیشہ بڑھتی رہتی ہیں پس لڑکپن اور جوانی
میں جسمانی طاقتوں اندریوں اور اونکے ویشیوں وغیرہ کیطرف زیادہ توجہ رکھنی چاہیے۔
لیکن جب اونکا تنزل شروع ہو تو بجائے اسکے کہ لالچ اور بے صبری کے ساتھ اونسے
کام لینے کا ارادہ کیا جاوے یا اونکو بڑھانے کی کوشش یا رنج اور مایوسی میں وقت
کو ضائع کیا جاوے جسمانی طاقتوں کا مناسب طور پر اعتدال سے برتاؤ کرتے ہوئے اونسے
زیادہ اعلےٰ درجہ کی طاقتوں میں جو ہر وقت بڑھتی رہتی ہیں متوجہ ہونا مناسب ہے

یعنے پہلے حصہ زندگی میں قریب پچاس برس تک لوکک دہرم کو پر دہان اور پار لوکک دہرم کو گون انگ میں سمجہنا چاہئے اور دوسرے حصہ زندگی میں پار لوکک دہرم کو پردہان اور لوکک دہرم کو گون انگ میں سمجہہ کر زیادہ حصہ وقت کا روحانی طاقتوں کیطرف مصروف ہونے میں خرچ کرنا مناسب ہے۔

ہندوستان کے ریشیوں کی اوقات زندگی کی تقسیم

ریشیوں نے جو قانون قدرت اور روحانی طاقتوں سے اچھی طرح واقف تھے زندگی کو چار حصوں میں تقسیم کیا تھا۔

برہمچرج آشرم - گرہست آشرم - بان پرستھہ آشرم - اور اور سنیاس آشرم - ان میں سے دو پہلے آشرم کے متعلق ہدایات اس کتاب کی پہلی جلد لوکک دہرم میں مندرج ہیں اور پچھلے دو آشرم کے متعلق ہدایات اس جلد دویم ہذا کو میں مندرج ہیں۔ اون ریشیوں کے زمانہ میں ہر ایک لڑکا اور لڑکی خواہ غریب کے ہوں خواہ امیر کے گروکل میں جاکر دیج کی رکھشا کرتے ہوئے اور ودیا پڑہتے ہوئے جملہ انسانی طاقتوں کو نشو نما کرتے تھے۔ قریب پچیس برس کی عمر میں اپنے علم عقل اور میلان طبیعت کے موافق کسی پیشہ کو اختیار کر کے گرہست آشرم میں جملہ دنیاوی سکھہ دہرم کے انوسار حاصل کرتے تھے پھر پچاس برس کی عمر ہونے پر بان پرستھہ اور سنیاس آشرم میں ہوکر گرہست آشرم کے تعلقات کو بتدریج منقطع کر کے جنگل میں یا آبادی کے کسی ایکانت استھان میں بود و باش اختیار کرتے تھے اور جس جس ودیا میں جو جو لائق اور فائق ہوتے تھے وہ برہمچاریوں وغیرہ کو اوس اوس ودیا کے گپت بہید یعنے پوشیدہ راز بتلاتے تھے مثلاً آیور ودیا یعنے علم طبابت کے ماہر شوقین اور سمجہدار شیشوں کو عملی سکھشا دیتے تھے اور دہنور ودیا یعنے علم سپہ گری کے واقف بہادر اور جوشیلے برہمچاریوں کو فنون جنگ کے راز اور عملی نشیب و فراز بتلاتے تھے۔

سنکا - جلد اول لوکک دہرم کے حصہ ساماجک دہرم میں ہندوستان کی ساماجک اونتی کے ذکر میں آپنے نیشنل کانگرس کو دہرم کا راج نیتی انگ اور سوشل کانفرنس کو دہرم کا ساماجک اونتی انگ کہا ہے حالانکہ وہ جلسے اپنے اغراض و مقاصد میں علانیہ اور صاف

صاف الفاظ میں کہتے ہیں۔ کہ مذہب سے اون کو کچھ تعلق نہیں ہے اور اب جلد دویم پارلوکک دھرم میں آپ کہتے ہو کہ سنیاسی مہاتما فن سپہ گری کے عملی طریقے سکھلایا کرتے تھے حالانکہ سنیاسی دُنیا کو متھیا اور مایا کا جال کہتے ہیں اور کسی کام میں شامل نہیں ہوتے میں سمجھا کہ جنگ کے سماو ہان۔ کانگرس اور کانفرنس والے خواہ تقریر اور تحریر کے ذریعہ کتنا ہی ظاہر کریں کہ مذہب سے اون کو کچھ تعلق نہیں پھر بھی دھارمک پرش ہی اونکا کام چلا رہے ہیں اور جب جب ادھرم پر چلنے والے اون کے کام میں شامل ہوئے ہیں۔ تب تب بہت نقصان اوٹھانا پڑا ہے۔ دھرم بھاؤ سے جو کام کوڑیوں سے ہو جاتا ہے وہ دوسرے طریقوں سے ہزاروں روپیہ خرچ ہوں تو بھی ویسا عمدہ نہیں ہوتا۔

دراصل سچے دھرم کا ابھاو ہونے اور مت متانتروں میں پکش پات اور نئے نئے جھگڑے دیکھکر دھرم کے خاص خاص انگوں کی اصلاح کو مختلف پیرایوں اور ناموں سے چند اشخاص نے شروع کر دیا ہے پس یہ ہرگز نہیں خیال کرنا چاہئے کہ اون اصلاحوں کو فی الحقیقت دھرم سے کچھ تعلق نہیں ہے۔

اسیطرح رشیوں کے زمانہ میں سنیاس آشرم سے یہ مراد تھی کہ گرہست دھرم کے فرائض کو چھوڑکر اپنے بال بچوں کے کنبے والوں اور رشتہ داروں کے موہ سے نرلیپ ہو کر جو جو فوائد اپنی لیاقت اور قوت بازو سے اونکو پہونچائے جاتے تھے وہ فوائد عوام الناس کو پہونچائے جاویں اپنے چھوٹے سے کنبے کو چھوڑکر دنیا بھر کو اپنا کنبہ پرتھوی کو ماتا اور پرماتما کو پتیا اور سارے منشوں کو بھرا یعنے بھائی اور دیگر جیون پشو پکشی وغیرہ کو اپنا رشتہ دار سمجھا جاوے چونکہ اس آشرم میں ذاتی اغراض کچھ نہیں رہتی تہیں پس ہر ایک کام میں ملکی اور قومی بھلائی کو مدنظر رکھنے کے سبب بڑے بڑے اہم معاملات میں سارا جگت اونہی کے ذمہ دار اشخاص سنیاسیوں سے صلاح مشورہ لیتے تھے اور اونکی رائے کو عموماً عمل میں لاتے تھے راج دربار میں بھی سنیاسیونکی بہت قدر ہوتی تھی لڑائی جھگڑوں کے وقت بطور ایلچی اون سے کام لیا جاتا تھا اور طرفین اونپر بھروسہ رکھتے تھے نارد جی وغیرہ رشیوں کا اکثر کتابوں میں ایسے کاموں کے کرنے کی بابت ذکر آتا ہے۔ فن سپہ گری کو رشیوں کے زمانہ

میں بڑی عزت سے دیکھا جاتا تھا اور اوسکو جیسے کہ وہ ہی ایک نہایت ضروری مفید اور ضروری سمجھا جاتا تھا وشوامتر جی نے وہ ہنر مہاراجہ رامچندر جی کو سکھلایا اور درونا چاریہ جی نے ارجن اور دیگر راجپوتروں کو اوس علم کی تعلیم دی فن سپہ گری اور اوسکے ذریعہ فتح یابی کو ایسی عزت کی نگاہ سے دیکھا جاتا تھا کہ پرسرام جی کو جنہوں نے چھتریوں سے بہت جدھ کئے اور فتح یابی حاصل کی اوتار کا درجہ دیا جاتا ہے اسیطرح مہاراجہ رامچندر جی کو راون کے فتح کرنے پر اوتار کا مرتبہ دیا گیا اور اوس فتح یابی کو قومی بہادری کا نمونہ سمجھکر رام لیلا نامی سالانہ میلہ کی شکل میں رواج دیا تاکہ ہر ایک بہادر دھارمک پرش کو جوش اور ظالم اور جابر کو عبرت کا اثر ہوتا رہے۔ سری کرشن جی مہاراج نے جنکو سنپورن کلا اوتار کہتے ہیں مشہور مہابھارت کی لڑائی کو کرایا اور اپنی راج نیت کی دانائی اور فن سپہ گری کے داؤ پیچ سے ارجن کی سہائتا اور مہاراجہ جدہشتر کی فتح کرائی جب ساماجک اونتی کا انتظام عمدہ نہ رہا تب آشرم بھی بگڑنے لگے۔ دہرم کے نام سے طرح طرح کی اسنہو باتوں اور کہانیوں سے بھری ہوئی کتابیں ارادتاً یا اتفاقیہ سنسکرت بہاشا میں پیدا ہوگئیں جنکے سبب سچے دہرم اور اوتساہ آدی گنوں سے ہٹکر مت متانتروں کے جھگڑوں میں لوگوں کی رچی ہوگئی ہے ایک مت والوں نے اپنے پکش کی پُشٹی کے لئے نئے سے نئے طریقوں سے نوجوان اور ناتجربہ کار آدمیوں کو سادہو بنا کر اپنے خیال کے موافق اونسے کام لینا شروع کردیا اوسوقت سچے سنیاسی مہاتماؤں نے جنکا ساماجک اور دیگر سنسارک کاموں دیا پڑہانے اور ہنر سکھلانے وغیرہ کاموں میں صرف گون انگ میں تعلق تھا اسطرف سے توجہ کو ہٹا کر اپنا سارا وقت اپنے مکہہ کام آتمک اُنتی کے جگانے یعنے روحانی طاقتونکے بڑہانے میں لگانا شروع کردیا اور اگر اب پھر سچا دہرم پرگٹ ہوکر ساماجک اونتی کا کام ٹھیک طرح آرمبھ ہو تو ایسے سچے سنیاسی مہاتما بھی ضرور پیدا ہوجاوینگے جو ساماجک اونتی کے کاموں میں بھی مدد دیویں اور سچے سنیاس جوگ ابھیاس گیان۔ اور موکش آدی ساد ہنوں کا بھی اوپدیش کریں جن کا مختصر ذکر ذیل میں لکھا جاتا ہے +

---

# جلد دوئم حصہ اول

## سنیاس دہرم

**سنیاس دہرم کی ویاکہیا۔**

سنیاس ایک سنسکرت لفظ ہے جسکے معنے چھوڑنے کے ہیں اصطلاح میں سنیاس کے معنے گرہست آشرم کے فرائض اور اپنی خودغرضی کے بھرے ہوئے اندریوں اور اونکے ویشوں کے متعلق کاموں کے چھوڑنے روحانی طاقتوں کے بڑھانے اور اونکے ذریعہ سچے آنند اور شانتی کو حاصل کرنیکو کہتے ہیں۔

جن کرموں کے کرنے سے اندریاں۔ من۔ اور بدہی قابو میں رہیں۔ پرو پکار کی عادت پڑے۔ بے خواہشی کی دولت حاصل ہو۔ کام کرودھ۔ لوبھ۔ موہ۔ اور اہنکار سے مقابلہ کرنے اور فتح حاصل ہونے کی طاقت پیدا ہو۔ سچا گیان یعنے علم معرفت حاصل ہو اون سب کرموں اور طریقوں کے استعمال کو سنیاس دہرم سمجھنا چاہئیے +

**آنند یعنے خوشی اور اوسکی اقسام اور اونکے تیاگ یعنے چھوڑنے کا طریقہ**

ہر ایک جیو کو اوسکی حفاظت اور ترقی کے واسطے بے شمار طاقتیں ملی ہوئی ہیں۔ انسانی جامہ میں وہ طاقتیں مکمل طور پر موجود ہیں اور وہ جملہ طاقتیں اپنی حفاظت اور ترقی کیواسطے ہر وقت خوراک چاہتی رہتی ہیں اور اوس خوراک کے ملنے پر ایک خاص قسم کی خوشی حاصل ہوتی ہے مثلاً انسان کو اندریاں یعنے حواس کی طاقت ملی ہوئی ہے۔ کان ہر وقت خواہش کرتے ہیں کہ کچھ سنتے رہیں۔ آنکھیں دیکھتے رہنا چاہتی ہیں وغیرہ وغیرہ اور جس قسم کے الفاظ اچھے ہوں یا برے کان میں پڑتے رہتے ہیں اوسی قسم کے الفاظ کو سننے کی خواہش بڑھتی رہتی ہے اور اونکو سنکر خوشی محسوس ہوتی ہے اور جس قسم کے نظاروں کو آنکھیں اکثر دیکھتی ہیں اونہیں کو دیکھنے کی خواہش کرتی رہتی ہیں اور اونکو دیکھکر خوشی محسوس کرتی ہیں +

**پہلا تیاگ**

کانوں کو برے شبدوں سے ہٹا کر اچھے شبدوں میں لگانے کی

عادت ڈالنی اور آنکھوں کو برُے نظاروں سے ہٹا کر اچھوں میں لگانا۔ سنیاس دہرم میں پہلا تیاگ سمجھنا چاہیے جن مہاتما پرشوں نے اِس تیاگ کے درجہ کو حاصل کیا ہو وہ اِس تیاگ کے پھل کو جسکو دنی سراج حاصل ہونا کہتے ہیں یعنے شریر روپی نگر میں جو اندریوں کے ذریعہ کرم کا چکر چل رہا ہے اوسکو وہ اپنے قابو میں کر لیتے ہیں۔

**دوسرا تیاگ** اندریوں کے آنند سے اوپک۔ آنند من کے ذریعہ حاصل ہوتا ہو چنانچہ تجربہ سے دیکھا جاتا ہے کہ جب انسان خیالات میں خواہ وہ اچھے ہوں یا برُے محو ہوتا ہے اوس وقت پاس کی آواز مطلق سنائی نہیں دیتی آنکھوں کے سامنے پڑی ہوئی چیز کو کہائی نہیں دیتی۔ اون خیالات کو اگر وہ برُے ہوں اچھوں میں تبدیل کرنا سنیاس دہرم میں دوسرا تیاگ ہو جسکے حاصل ہونے پر سوگ لوک کی پراپتی کہی گئی ہے کیونکہ اچھے خیالات کے ذریعہ ہمیشہ اچھے افعال ہی سرزد ہوتے ہیں اور اونکا پھل ہمیشہ سکہہ کا دینے والا ہوتا ہے۔ اور سکہہ کو ہی سورگ یعنے بہشت کی اصلی علامت سمجھی گئی ہو

**تیسرا تیاگ** عرصہ تک اچھے خیالات میں مصروف رہنے سے بدُہی نرمل اور ساتوک یعنے صاف اور لطیف ہو جاتی ہے اور وہ باطل خیالات کو ہرگز قبول کرنا نہیں چاہتی اسحالت کو تیاگ کا تیسرا درجہ سمجھنا چاہیے جسکے ذریعہ ست لوک کی پراپتی ہوتی ہے یعنے ہمیشہ سچائی کے آنند میں مگن رہنا ہوتا ہے۔ اور اوس بدُہی کے بل سے جب علم و ہنر کیطرف توجہ لگائی جاتی ہے اوسمیں پوری ترقی ہونے لگتی ہے اور بے شمار اقتدار ظاہر ہو جاتی ہیں۔

**چوتھا تیاگ** جب بدُہی اتینت سوکشم یعنے عقل اعلےٰ درجہ کی صاف اور لطیف ہو جاتی ہے اوس وقت اوسکے ذریعہ معلوم ہوتا ہے کہ اوسکو سہارا دینے والی ایک چیتن شکتی ہو جسکو جیو آتما کہتے ہیں اوس چیتن شکتی تک پہونچکر بدُہی شانت ہو جاتی ہے اور جیو آتما کے سُبہاوک گن پرگٹ ہو جاتے ہیں اور یہ تیاگ کا چوتھا اور آخری درجہ سمجھنا چاہیے اِس درجہ پر پہونچکر جیو آتما کے ذریعہ پرماتما کا انوبھو ہو کر برہم لوک کی پراپتی کہی گئی ہے یعنے برہم سروپ پرماتما جو سب جگہ ویاپک اور پری پورن ہے اوسکا انوبھو ہو رہے

ساوپی بہومی میں ہو کر اندر باہر سب جگہ اوسی کا ظہور دکھائی دینے لگتا ہے۔ اسی کو
مہان آنند یہ بہانند وغیرہ ناموں سے منسوب کیا جاتا ہے اوسکو سب سے بڑا آنند
اسواسطے کہا جاتا ہے کہ اس سے پہلے کے سارے آنند کوشش کرنے سے
حاصل ہوتے ہیں۔ لیکن وہ دائمی یعنی ہمیشہ رہنے والے نہیں ہیں کیونکہ
جس وقت کوشش بند کیجاوے تو وہ بھی جاتے رہتے ہیں اور اگر برابر ہی کوشش
جاری رکھی جاوے تو بھی ایک خاص وقت مقررہ کے بعد وہ ختم ہو جاتے ہیں لیکن
یہہ آخری آنند جیو آتما کے سبھاوک گنوں کے ذریعہ حاصل ہوتا ہے جو گن ہمیشہ متحد
ہیں کیونکہ جیسے جیو آتما اناوی اور انبناشی ہے ایسے ہی اوسکے گن بھی انادی اور
انبناشی ہیں ۞

**تیاگ کی مشکلات** واضح رہے کہ مذکورہ بالا آنندوں کا تیاگ کرنا کوئی آسان کام نہیں
ہے بلکہ نہایت ہی مشکل ہے اور صرف عرصہ دراز کی جدوجہد سے جو نہایت جوانمردی
اور مستقل مزاجی سے کیجاوے کامیابی ممکن ہے کیونکہ اول تو اودیا روپی غفلت
کے پردہ کے سبب یہہ یقین رہتا ہے کہ ہر ایک آنند جس میں رس آتا ہے وُہی
سب سے اچھا آنند ہے اس وجہ سے اوسکے چھوڑنے کی خواہش نہیں ہوتی۔
اور جب تک وہ چھوڑا نہ جاوے اوس سے زیادہ درجہ کے آنند کا حاصل ہونا
ناممکن ہے۔ اور اگر کسی مہاتما کے اوپدیش اور ست سنگ سے یہہ یقین ہو کر اوس موجود
آنند سے زیادہ آنند حاصل ہونا ممکن ہے زیادہ درجہ کے آنند کی خواہش کیجاوی
تو موجودہ آنند کا رس سدراہ ہوتا ہے یعنے بار بار اپنی طرف کھینچتا ہے اور اپنی طرف سے
توجہ کو نہیں ہٹنے دیتا کیونکہ اوسکی عادت پڑی ہوتی ہے۔

**درشٹانت مہاراج بہرتری ہری جی۔** بہرتری جی نے راج کو چھوڑ کر فقیری اختیار کی تھی ایک روز رات
کے وقت جنگل میں جا رہے تھے۔ چاندنی کھلی ہوئی تھی راستہ
میں کسی مسافر نے جو ان سے پہلے اوسطرف سے گذرا تھا پان کی پیک تھوکی تھی وہ
چاندنی کی شعاوں میں ایک خوبصورت لعل کیطرح معلوم ہوتی تھی۔ بہرتری جی کی نگاہ

اوسپر پڑی تو لالچ کے بس ہوکر اوسکو اوٹھانا چاہا مگر یہہ خیال کرکے کہ سارا راج چھوڑ دیا ہے اب ایک لعل کو اوٹھا کر کیا کرینگے ویراگ کے ویگ میں آگے بڑہ گئے لیکن من نے مجبور کر دیا کہ لعل کو لینا چاہئے آخر چند قدم چلنے کے بعد پھر واپس آئے جب اوس موہومہ لعل کو اوٹھانے لگے تو اوسکی اصلی حقیقت معلوم ہوئی اور اونکی بہیک کی غلاظت سے ناپاک ہو گئی اوس وقت بہرتری جی نے من کو بہت لعنت ملامت کی۔ اونکا واک ہے۔

**رتن چھڑت منہ ڈہت تجھیں تجیٔں ہاسنہ ملر۔ اچھو منا نا جی ایہہ من تو ہی وہر کار**

**درشٹانت بلومنگل جی**

یہہ مہاتما برہمن کل میں پیدا ہوئے تھے مگر کوسنگ یعنی بد صحبت کے سبب ایک ویسوا یعنی بازاری عورت سے دوستی کرکے دن رات اوسکے مکان پر پڑے رہتے تھے ایک روز کسی مذہبی رسم کے ادا کرنے کے سبب دن بہر گہر میں رہنا ہوا۔ رات کو فرصت ملی اوسیوقت آدہی رات کو ویسوا کے مکان کو چل پڑے راستہ میں دریا حائل تھا اوس وقت اتفاق سے کوئی مردہ بہا آتا تھا یہہ سمجھے کہ معشوقہ نے کشتی بہیجی ہے اوسپر چڑھ بیٹھے اور دریا پار ہو گئے۔ مکان کا دروازہ بند تھا اور کسی طرف سے گذرنا ممکن نہ تھا۔ چاروںطرف مکان کے گہومنے لگے۔ اتفاق سے ایک سانپ دیوار سے لٹک رہا تھا یہہ اپنے جذبہ عشق کے سبب سمجھے کہ معشوقہ نے کمند ڈال دی ہے فوراً اوسکو پکڑکر چھت پر پہونچے اور جب نیچے اوترنے کا کوئی راستہ نہ ملا تو صحن میں کود پڑے۔ کودنے کی آواز سنکر ویسوا اور اوسکے متعلقین جاگ پڑے بلومنگل جی کو دیکھکر اونسے دریافت کیا کہ کسطرح سے دریا کو عبور کیا اور چھت پر چڑھے ہے۔ اونکا جواب سنکر ویسوا کے دلپر یہہ خیال پیدا ہوا کہ اگر اسطرح کی محبت بلومنگل جی کو پرماتما سے ہو جاوے تو بہت اچھا ہو یہہ خیال اونے بلومنگل جی سے ظاہر کیا اور ظاہر کرتے وقت ایسا جوش آیا کہ اونے بلومنگل جی سے کہا کہ تمکو اپنا اختیار رہے۔ میں تو اسیوقت سے پرماتما سے پریم کا سبندہ شروع کرتی ہوں۔ بلومنگل جی کو بہی بہت کچھ اثر ہوا۔ رات کا باقی حصہ ہر دو نے پرماتما کے چرچے میں ختم کیا اور صبح ہوتے ہی منادی

تعلقات کو چہوڑ کر جنگل کیطرف ایکدوسرے سے علیحدہ ہو کر چلے گئے۔ بلومنگل جی عرصہ تک پرماتما کے پریم میں مگن ہو کر بہجن کرتے رہے ایک روز کسی نگری میں پہونچے۔ چند مستورات ندی کے کنارہ اشنان کر رہی تہیں ان کی نگاہ اون پر پڑی اور باوجودیکہ تیاگ اور عرصہ تک ست سنگ میں رہنے کے ایک خوبصورت عورت پر دل فریفتہ ہو گیا۔ جب وہ نہا کر چلی یہہ اوسکے پیچہے ہو لئے جب عورت اپنے مکان میں گئی تو یہہ ڈیوڑہی کے دروازہ پر بیٹھ گئے۔ تہوڑی دیر میں عورت کا خاوند آیا وہ بڑا نیک اور سادہوں کی سیوا کرنے والا تہا اوس نے بلومنگل جی کو دروازہ پر بیٹہا دیکھکر عورت سے جا کر پوچہا کہ سادہو کو بہکشا کیوں نہیں دی۔ عورت بہی پتی برتا اور ست بادی تہی اوس نے سارا حال بلومنگل جی کے دریا سے اوسکے پیچہے پیچہے آنے کا بیان کر دیا۔ اوسکے خاوند نے سارا حال معلوم کر کے بلومنگل جی کی بہت خاطر کی اور اپنے بالاخانہ پر لے گیا۔ گفتگو کی تو اونکو سچا سادہو پایا۔ دل میں بہت حیران ہوا کہ کیا کیا جاوے ایکطرف اپنی ننگ و ناموس کا خیال تہا اور دوسری طرف سادہو سیوا کا۔ آخر دنیاوی چیزوں کو عارضی اور ناپائدار سمجہکر سادہو سیوا کو مقدم خیال کیا۔ اور شام کو عورت سے کہا کہ عمدہ طرح سنگار کر کے اور کہانے کا تہال لیکر بلومنگل جی کے پاس جاوے اور اون کی ہر ایک خواہش کو پورا کرے۔ عورت یہہ سنکر حیران ہو گئی۔ اگر خاوند کے حکم کی تعمیل نہ کرے تو پتی برتا دہرم کہنڈن ہو جاوے۔ اور تعمیل کرے تو مہا پاپ میں پہنسے۔ آخر اونے پتی برتا دہرم کو مقدم سمجہکر سب شنگار کیا اور اچہے اچہے بہوجن تہال میں رکہکر بلومنگل جی کے پاس گئی مگر دل میں پرماتما سے پرارتہنا کرتی تہی کہ جسطرح سے آپنے دروپدی کی لاج رکہی اوسیطرح سے میری سہائتا کرو۔ جب بلومنگل جی کے پاس پہونچی تو وہ اوس عورت اور اوسکے خاوند کی بہگتی اور نشچے کو دیکہکر حیران ہو گئے اپنے دل بہونورفتہ کو لعنت ملامت دیکر قابو کیا اور عورت سے کہنے لگے کہ دو سوئیاں دہی لے آؤ۔ جسوقت عورت سوئیاں لائی بلومنگل جی نے دونوں سوئیاں اپنی دونوں

آنکھوں میں ماریں۔ خون کا فوارہ جاری ہوگیا اور وہ اندھے ہو گئے۔ عورت نے گھبراکر سارا حال اپنے خاوند سے کہا وہ دوڑا ہوا بلو منگل جی کے پاس آیا اور نہایت عاجزی سے کہنے لگا کہ مہاراج جو کچھ قصور مجھسے یا میری عورت سے ہوا ہو اسکو معاف کرکے آپ سبب بتلاؤ کہ اپنی آنکھیں کیوں پھوڑ ڈالیں۔ بلو منگل جی نے ہنسکر کہا کہ تم دونو پرماتما کے بھگت ہو۔ تمہارے ست سنگ اور سچی بھگتی کو دیکھہ کر میرا چنچل من قابو میں آگیا تم دونو کرپا کرکے میرے اپرادہ کو چھما کرو۔ اور چونکہ اس سارے فساد کا باعث آنکھیں تھیں اسوجہہ سے اونکو سزا دینی مناسب تھی۔ اونکو سزا دینے میں جو کچھ کلیش مجھکو ہوا اسکا بھی میں سزاوار تھا کیونکہ میں نے اپنے گرو کی آگیا پالن نہیں کی۔ اوہوں نے کہا تھا کہ ہمیشہ برائی کے کارن کو سوچ سمجھکر روکدینا چاہئیے اور یہہ سکھشا دیتے وقت اونہوں نے ایک مہاتما کا اتہاس سنایا تھا۔ جو مختصر طور پر اسطرح ہے ✦

ایک مہاتما کا اتہاس۔

ایک سنیاسی مہاتما کسی ساہوکار کے گھر ٹھہرے ہوئے تھے ایک روز ساہوکار کے پانو میں نہایت عمدہ جوتا دیکھکر اون کے موںھہ سے نکلا کہ یہہ جوتا بہت اچھا ہے۔ ساہوکار نے فوراً ویسی قسم کا جوتا بنواکر اولنے التجا کی کہ اوسکو قبول کریں مہاتما نے کہا کہ ایسا بیش قیمت اور خوبصورت جوتا پہنکر ضروری ہے کہ اوسی کے اندازہ کی ساری پوشاک ہو۔ ساہوکار نے کہا کہ پوشاک بھی فوراً تیار ہو سکتی ہے۔ مہاتما نے کہا کہ جب پوشاک عمدہ ہوگی تو بیٹھنے کا مکان اور فرش بھی عمدہ ہونا چاہئے۔ ساہوکار نے کہا کہ وہ بھی تیار کیا جا سکتا ہے مہاتما نے کہا کہ جب عمدہ پوشاک اور عمدہ مکان ہوگا تو خوراک بھی عمدہ ہونی چاہئے۔ ساہوکار نے اوسکا بھی ذمہ لیا۔ مہاتما نے کہا کہ جب یہہ سب سامان ہونگے تو ویشے بھوگ کی بھی کامنا ہوگی۔ ساہوکار نے کہا کہ اسکا بھی انتظام ممکن ہے۔ مہاتما نے کہا کہ پھر لڑکے بالے پیدا ہونگے اونکی بیماری اور موت کے وقت شوک پراپت ہوگا اوسکا بھی تم ذمہ لیلو ساہوکار نے کہا کہ اوس شوک یعنے رنج کا میں کسطرح سے ذمہ لے سکتا ہوں۔ مہاتما

لے کہا کہ اگر اوس کا ذمہ نہیں لے سکتے تو ایک جوتہ کے سبب اسقدر جھگڑا پیدا کرنا اور پھر تکلیف اور رنج اوٹھانا ہمکو منظور نہیں۔ اور اس واسطے تم اپنا جوتہ واپس لے جاؤ۔

بلومنگل جی نے کہا کہ اس اتہاس کے موافق ہمارا پہلا فرض یہہ تھا کہ جس وقت تمہاری استری پر نگاہ پڑی تھی اوسوقت سارے برے نتیجوں کو سوچکر درشٹی کو ہٹا لیتے۔ دوسرا فرض یہہ تھا کہ اوسکے ہمراہ نہ جلتے۔ تیسرا فرض یہہ تہا کہ تمہاری خاطر داری کو دیکھہ کر دل میں شرمندہ ہوکر واپس چلے جاتے۔ چونکہ متواتر غلطیاں کی گئیں۔ پس ان کی سزا ہوگئی ضروری تھی ٭

**ریشیوں کے زمانہ میں تیاگ کا ایک عملی طریقہ**

ہندوستان کے ریشیوں نے کرم کے پہل کی اچہا تیاگ نے کو اصلی تیاگ کہا ہے اس تیاگ کو وہ اسطرح سے آہستہ آہستہ حاصل کیا کرتے تھے کہ جب کوئی کرم کرنے لگیں اوس وقت پرماتما سے پرارتہنا کیا کرتے تھے کہ اگرچہ ہم اچہا یعنے خواہش کے پتلے ہیں اور اس وجہ سے خواہش سے رہت نہیں ہو سکتے تاہم اس اپنے موجودہ کرم کا پہل ہم آپ کی سیوا میں آرپن کرتے ہیں اسطرح سے ایک ایک کرم کا پہل پرماتما کے آرپن کرتے کرتے اونکو عادت پڑجاتی تھی کہ کرم پہل کی اچہا کو تیاگ سکیں۔ جب اس تیاگ کی اچھی طرح عادت ہو جاتی تہی تب اون کی یہہ کوشش ہوتی تہی کہ کرم پہل کی اچہا کی تیاگ کے ساتھ ہی تیاگ کے ابھمان کو بھی تیاگ دیں۔ جب اس میں بھی اچھی طرح کامیاب ہوتے تھے تب اونکو مہاتیاگی کہا جاتا تھا ٭

**پراسر ریشی اور میتری کا ذکر**

ذکر ہے کہ جب جاگولک ریشی نے بن میں جانے کا ارادہ کیا تو اپنی استری گارگی اور میتری کو بلاکر روپیوں اور اشرفیوں اور دیگر بیش قیمت چیزوں سے بہرے ہوئے صندوقوں کی کنجیاں حوالہ کیں اور کہا کہ تم دونوں آدہا دہن بانٹ لو۔ یہہ سنکر گارگی نے دل میں سوچا کہ جاگولک جی مہاودوان اور بدہی مان ہیں۔ جب یہہ اپنا سارا دہن ہمکو سونپ کر بن میں جاتے ہیں تو

ضرور اوس جگہ اس سے اوپک دہن انکو پراپت ہوگا۔ اور ان دنیاوی خزانوں
کے چھوڑنے سے ضرور انکو ان سے بدرجہا زیادہ عمدہ روحانی خزانے حاصل
ہونگے یہہ سوچ کر گارگی نے جواب دیا کہ مہاراج سارا دہن میتری کو دے دو۔
میں بن میں آپ کے ساتھ چلکر ست سنگ کی دولت لینے کی آرزومند ہوں چنانچہ
گارگی اون کے ساتھ چلی گئی اور میتری سارا دہن لیکر اپنی گذران کرنے لگی۔ تہوڑے
عرصہ میں اوسکو بھی ویراگ ہوا اور وہ پراسر اریشی کے پاس گئی اور اون سے
دہن آدی سنسارک پدارتہوں کے کلیش بیان کرکے اون کلیشوں سے چھوٹنے کا
اوپائے پوچھا۔ پراسر جی نے کہا کہ جس وستو میں کلیش پرتیت ہوتا ہے وہ تیاگنے
کے یوگ ہے میتری نے اپنے دہن آدی کو پراسر جی کی بھینٹ کرکے جنگل میں
ایک کٹیا بنائی اور اوس میں رہنا شروع کیا۔ تہوڑے دن میں پراسر جی میتری
کے پاس گئے اور حال پوچھا۔ میتری نے کہا کہ مہاراج آنند پراپت نہیں ہوا پراسر
جی نے کہا کہ تمہارا تیاگ پورا نہیں ہے۔ یہہ سنکر میتری نے کٹیا کا بھی تیاگ کردیا۔
پھر بھی پراسر جی نے یہی کہا کہ ابہی تک پورن تیاگ نہیں ہوا۔ میتری نے اپنے
وستر آدی بھی اگنی میں جلادئے پھر بھی پراسر جی نے یہی کہا کہ پورن تیاگ
ابھی نہیں ہوا میتری نے کہا کہ اب تو صرف یہہ دیہہ باقی ہے اگر آپ کہو تو اسکو
بھی اگنی میں جلادوں۔ پراسر جی نے کہا کہ اسکے جلانے سے بھی پورن تیاگ
نہیں ہوگا ایسی دیہہ دوسری پیدا ہو جائے گی۔ اسپر میتری نے نہایت عاجزی
سے پوچھا کہ جسطرح سے پورن تیاگ ہوسکے وہ بتلاو۔ پراسر جی نے کہا کہ تیاگ
کے ابھمان کو چھوڑکر جو کچھ دہن آدی ہے اسکو پرماتما کا سمجھکر تن من اور دہن
سے پروپکار کرو اسی کو پورن تیاگ کہتے ہیں اور اسی میں مہا آنند ہے یہہ کہکر
میتری کا دہن آدی اوسکو واپس دیدیا +

پراسر جی اور برہوبی راجہ کا ذکر

اسیطرح سے ایک راجہ نے جو پراسر جی کا شش تھا اون سے
آکر کہا کہ مہاراج میں سنسار کے دکہوں سے بہت تنگ

آگیا ہوں اِن کی نورتی کا کوئی اوپاے تبلاؤ۔ پراسرجی نے کہا کہ سنسار کو چھوڑ دو دُکھ بھی ساتھ ہی چھوٹ جاوینگے۔ راجہ نے کہا کہ مہاراج میں تو بہت دن سے سنسار چھوڑنے کو تیار رہوں صرف خیال یہہ ہے کہ میرا لڑکا ابھی چھوٹی عمر کا ہے۔ جس وقت وہ راج کا کام سنبھالنے کے لایق ہوجاویگا میں فوراً راج اوس کے سپرد کرکے سنسار کو تیاگ دوں گا۔ پراسرجی نے کہا کہ اگر حقیقت میں تمکو سنسار کے دُکھہ کلیش دے رہے ہیں اور تمہارا ارادہ اون سے چھوٹنے کا اور راج کے تیاگ کرنے کا ہے تو لڑکے کے جوان ہونے کا انتظار کرنا مناسب نہیں۔ نہ معلوم وہ جوانی کی عمر تک زندہ رہے یا نہیں اور اگر زندہ رہے تو راج کے لایق ہو یا نالایق۔ پس بہتر ہے یہہ ہے کہ تم راج ہمکو دیدو اور سنسار کے دُکھوں سے نورتی حاصل کرو۔ راجہ نے فوراً راج پراسرجی کے نام سنکلپ کردیا اور خوشی خوشی وہاں سے اوٹھکر جنگل کیطرف جانے لگا۔ اوس وقت پراسرجی نے کہا کہ کہاں جاتے ہو۔ راجہ نے کہا کہ مہاراج آپنے کرپا کرکے راج کے بوجہہ سے مجھکو سبکدوش کردیا اب میں جہاں چاہونگا رہونگا۔ صرف دو روٹی کی ضرورت ہے اور وہ تھوڑی سی محنت گھڑی دو گھڑی کرکے گھاس کھود کر بھی حاصل کرسکتا ہوں۔ پراسرجی نے کہا کہ راجن تم نے کبھی گھاس نہیں کھودی ہے اسلئے تمکو اوس نئے کام میں زیادہ محنت اور تکلیف ہوگی کیونکہ ہر ایک کام کے آرمبھ میں کلیش ہوتا ہے اسیطرح ہم نے راج کبھی نہیں کیا ہے اسلئے ہمکو راج کرنے میں تکلیف ہوگی۔ اور اس لئے ہم کسی نہ کسی آدمی کو راج کا کام سپرد کرینگے۔ تم سے زیادہ تجربہ بہ کار آدمی ہمکو نہیں مل سکے گا۔ پس تم ہماری طرف سے راج کرو۔ جو کچھ ہانی لابھہ ہو وہ ہمارا۔ تم صرف دو روٹی کے اندازہ سے اپنی مزدوری لے لیا کرو اور ہر برس ہمارے راج کا حساب کتاب ہمکو سمجھا جایا کرو راجہ نے

ایسا ہی کیا۔ اور چونکہ راج اپنے گرو پراسرجی کا سمجھتا تھا اس وجہ سے نہایت محنت و جانفشانی۔ انصاف اور رحمدلی سے سارا کام کرنا شروع کر دیا جس کے سبب سے چاروں طرف ترقی اور خوشی کے ہی سامان دکھلائی دینے لگے اور وہ پیراسرجی کی دانائی کا بار بار شکریہ اور تعریف کیا کرتا تھا اور دل میں سوچا کرتا تھا کہ اگر سارے راجے مہاراجے سیٹھ اور ساہوکار اسیطرح سے اپنا دھن آدی اپنے پرم گرو پرماتما کا سمجھکر اور اپنے تئیں محض بطور ملازم سمجھکر جیسا کہ حقیقت میں وہ ہیں ہی۔ انصاف اور ایمانداری سے برتاؤ رکھیں تو خود بھی دنیاوی تکالیف سے محفوظ رہیں اور دنیا کے دکھ بھی سکھہ میں تبدیل ہو جاویں۔ کچھ عرصہ ایسا برتاؤ رکھنے سے راجہ نرموہی راجہ کے نام سے مشہور ہو گیا۔ کیونکہ جس میں جو صفت ہوتی ہے وہ جلدی یا دیر میں عوام کو ضرور معلوم ہو جاتی ہے اور عوام الناس اوسی صفت سے اوسکو موصوف کر دیتے ہیں ایک روز نرموہی راجہ کا کوئی نوکر بن میں گیا اور اوس جگہ ایک مہاتما سادہو سے ملنا ہوا۔ سادہو نے پوچھا کہ تمہارے راجہ کا کیا نام ہے نوکر نے کہا کہ "نرموہی راجہ" سادہو یہہ سُنکر مسکرا کر خاموش ہو گیا اور دل میں کہنے لگا کہ دیکھو سنسار کا لوبہ کتنا بڑہ گیا ہے کہ راجہ لوگ ساری دنیاوی عزتوں سے سیر نہ ہوتے ہوئے وہ عزتیں جو خاص ریاضتوں کے بعد سادہوں کو مشکل سے حاصل ہوتی ہیں اپنے نام کے ساتھ لگانے لگے ہیں کچھ روز کے بعد راجہ کا لڑکا بھی اتفاقیہ شکار کھیلتا ہوا اوسی بن میں آ گیا اور سادہو سے پانی مانگا۔ سادہو نے پانی دیا اور پوچھا کہ تم کس کے پوتر ہو لڑکے نے جواب دیا کہ نرموہی راجہ کے۔ یہہ سُنکر سادہو سے ضبط نہ ہو سکا اوس نے ارادہ کیا کہ راجہ کی پریکشا کرنی چاہئے چنانچہ اوس نے راجہ کے لڑکے سے کہا کہ تم تھوڑی دیر میری کٹیا پر ٹھہرو۔ میں تمہارے پتا کی پریکشا لینے جانا چاہتا ہوں۔ لڑکا اوس جگہ ٹھہر رہا۔ سادہو اوس لڑکے کا لباس لیکر اور اوسکا کپڑا خون میں بھگو کر راجہ کے محلوں کیطرف گئے

اوز ظاہر کیا کہ راجہ کا پوتر شیر کا شکار کرتا تھا۔ شیر نے اوس کو پھاڑ ڈالا
اس خبر کو جملہ نوکروں وغیرہ نے ایک معمولی خبر سمجھ کہ کچھ بھی افسوس
نہ کیا۔ جب سادہو راجہ کے پاس گیا تو راجہ نے صرف یہ کہا کہ سنجوگ
کے ساتھ ویوگ ضرور ہے جو چیز پیدا ہوئی ہے وہ ضرور ایک
روز نشٹ ہوگی میرے پوتر کے شریر کا ویوگ اسیطرح ہونا تھا۔ صرف
اتنا کہہ کر سادہو کی سیوا اور ست سنگ میں مصروف ہوگیا۔ سادہو
نے یہ حالت دیکھ کر دل اور زبان دونو سے راجہ کی تعریف
کی اور اپنی پریکشا کا حال بتلا کر راجہ سے پوچھا کہ ایسا ادتم اوز
پوتر اوپدیش کس مہاتما کے ذریعہ اوسکو حاصل ہوا۔ راجہ نے
پراسر جی کا نام بتلایا۔ سادہو مذکور پراسر جی کے پاس گئے
اور خود بھی اوپدیش کی ملتجی ہوئے۔ پراسر جی نے اون کا سارا
حال سُنکر اور قیافہ سے اندازہ کرکے اون سے کہا کہ پہلے دُشٹ
واسنا یعنے خراب خیالات کو دل کے پردہ سے دور کرو پھر سنیاس دہرم
کے ادہکاری ہوگے کیونکہ مہرشی منوجی نے کہا ہے کہ جس شخص کے دل
میں خراب واسنا یعنے خواہش موجود ہو اوسکو نہ علم کا پڑہنا فائدہ پہونچا
سکتا ہے نہ تپ یعنے نفس کُشی اور نہ دیگر مذہبی پابندیاں اور مفصلہ ذیل
درشٹانت بھی سُنایا

**چیونٹی اور مصری کے پہاڑ کا درشٹانت**

کوئی چیونٹی ایک مصری کے پہاڑ پر رہتی تھی اوز جس قدر
دل چاہتا تھا مصری کہا کر آرام سے زندگی بسر کرتی تھی کوئی
دوسری چیونٹی اوسکے پاس آئی اور اوسکو نہایت خوش دیکھکر اوس خوشی
کی وجہ دریافت کی اور مصری کے پہاڑ کا حال سُنکر درخواست کی کہ اوسکو
بھی اس پہاڑ کی سیر کراوے چنانچہ پہلی چیونٹی نے پہاڑ کا پتہ اور نشان بتلا دیا
دوسری چیونٹی بڑی خوشی سے پہاڑ پر گئی مگر تمام پہاڑ پر گہوم کر واپس آگئی

اور کہنے لگی کہ وہ پہاڑ تو نمک کا ہے۔ پہلی چیونٹی یہہ سنکر حیران ہو گئی لیکن اتفاقیہ اوسکی نظر پہلی چیونٹی کے منہہ کیطرف گئی جس میں ایک نمک کا دانہ رکھا ہوا تھا پس اوسنے سنکر کہا کہ بہن اس نمک کے دانہ کو موہنہ سے نکال کر پہاڑ پہ جاؤ۔ دارشٹانت یہہ ہے کہ یہہ سنسار سکھہ ساگر ہے لیکن جو منش دل کی وکہہ دپی جبہا سے اوس میں سے جل پیتے ہیں کہارا معلوم ہوتا ہے اور امرت روپی جبہا سے پینے میں میٹھا معلوم ہوتا ہے یعنے نیک اعمال آدمیوں کو میٹھا پس پہلے خراب خواہشیں دور کرنی چاہئیں یہہ درشٹانت سنا کر پراسرجی نے ساوہوندرکو کو کہا کہ تمہارے واسطے پہلے من کی چنچلتا کو روکنا اور انتہہ کرن کو شدہ کرنا ہی مناسب اوپدیش ہے اور وہ بذریعہ جوگ ابھیاس ممکن ہے جوگ ابھیاس کا ذکر اگلے حصہ میں کیا گیا ہے ÷

# جلد دوئم حصّہ دوئم جوگ ابھیاس

## یعنے

## فرائض ریاضت ونفس کُشی

**جوگ ابھیاس کی وِیاکھیا**

جوگ ابھیاس اون سادھنوں کی مشق کو کہتے ہیں جنکے ذریعہ من کی برتیاں رکتے رکتے اور سنکلپ وِکلپ کم ہوتے ہوتے من نہایت صاف وپاک وطاقتور ہوجاتا ہے خیالات نئے سے نئے اور اعلیٰ درجہ کے پیدا ہونے لگتے ہیں۔ بہت سی من کی شکتیاں جو عام طور پر گپت رہتی ہیں وہ بتدریج پرگٹ ہونی شروع ہوجاتی ہیں۔ خواہ کیسی ہی تکالیف ومشکلات سے مقابلہ پڑے وہ برداشت کی جاسکتی ہیں اور اُن سے بچنے کی عملی تدابیر ذہن میں آسکتی ہیں جسمانی صحت عمدہ ہونے اور عمر کی درازی کا بھی یہ ایک بڑا وسیلہ ہے

**جوگ ابھیاس کا آنند**

تھوڑے عرصے ابھیاس کرنے سے من کو ایک ایسا آنند حاصل ہوتا ہے جسکی اوپما یعنے تشبیہ کسی دنیاوی خوشی سے نہیں دی جاسکتی اور نہ زبان اور قلم ٹھیک ٹھیک طرح بیان کرسکتی ہیں۔ البتہ اسقدر کہا جاسکتا ہے کہ جیسے کوئی مسافر دھوپ کی تپش اور پانی کی پیاس سے بیاکل ہوکر کسی ریگستان میں گھبراتا پھر رہا ہو۔ اوس حالت میں سایہ دار درخت اور ٹھنڈا پانی ملنے سے جیسے اوسکو خوشی ہوتی ممکن ہے۔ اوس سے بدرجہا زیادہ خوشی جوگ سادھنوں سے ہوتی ہے۔ اور یہی خوشی ابھیاسی کو آیندہ ترقی کرنے کے واسطے ترغیب کا باعث ہوتی ہے

**جوگ ابھیاس کا ادہکاری** ہر ایک ملک اور ہر ایک مذہب و فرقہ کے آدمی۔ مرد اور عورت۔ جوگ ابھیاس کے ادہکاری ہیں۔ نہ ان سادہنوں میں روپیہ خرچ کرنے کی ضرورت ہے اور نہ گھر بار تیاگنے کی البتہ جیسے جیسے جوگ ابھیاس میں رس آتا جاتا ہے اور اعلیٰ سے اعلیٰ درجے کے سکھہ حاصل ہوتے جاتے ہیں ویسے ویسے اونی درجے کے سکھونکی خواہشیں خود بخود چھوٹتی چلی جاتی ہیں ؁

**جوگ ابھیاس کرنیکا سمے** اگرچہ جوگ ابھیاس شروع کرنے اور اوس سے پورا فایدہ اوٹھانے کیواسطے زیادہ عمدہ وقت پندرہ برس کی عمر سے پینتالیس برس کی عمر تک ہے۔ تاہم جس شخص نے لڑکپن میں برہم چرج سیون کیا ہو اور جوانی میں وشئے بھوگ میں اتینت لپٹ نہ ہوا ہو۔ یا پوری لگن رکھتا ہو وہ بجائے پینتالیس برس کے ستر برس کی عمر تک بھی جوگ سادہن شروع کر کے پورا فایدہ اوٹھا سکتا ہے ؁

**جوگ ابھیاس کے سادہن** وہ جوگ سادہن جسکی مہما اوپر لکھی گئی ہے حسب ذیل ہیں من کی برتیاں جو آنکھہ کان وغیرہ اندریوں کے ذریعہ نانا پرکار کے باہری پدارتھو میں پھیلی ہوئی ہیں انکو سب پدارتھوں سے ہٹا کر انتری روشنی دیکھنے اور اناہد شبد سننے میں لگایا جاوے ؁

یہ سادہن باہری اور انتری بھید سے دو قسموں میں منقسم کیا گیا ہے۔ اور اسکے بلحاظ عمر۔ صحت۔ چال وچلن۔ رہن گت ذہنی اور علمی لیاقتوں کے بے شمار درجے ہیں جنکا مختصر ذکر کرنا مناسب معلوم ہوتا ہے ؁

**ادہکار کے موافق سادہن کا کرنا** ہر ایک مرد اور عورت کو اپنے ادہکار یعنی لیاقت کے درجے کے موافق سادہن شروع کرنے سے بہت جلدی اور عمدہ طرح کامیابی ہونی ممکن ہے۔ اسبات کا اندازہ کہ کون شخص کسدرجے سے جوگ سادہن شروع کرنیکا ادہکاری ہے وہ خود سچائی کے ساتھہ اپنے شدہ انتہکرن سے قایم کرے اور اگر اسکو شبہ رہے تو بانو کسی دوسرے سچے نرپکش جنکار تجربہ کار؟ و کتا۔ اور لایق آدمی سے مشورہ کرکے اندازہ کرے اور با احتیاط کمتر درجے سے

شروع کردے۔

**جوگ ابھیاس کی پابندیاں** چونکہ منش کے جملہ خیالات و افعال کا نقش من پر پڑکر۔ اچھے یا بُرے اثر ہر وقت پیدا ہوتے رہتے ہیں اسلئے ابھیاسی کو ہمیشہ نیک صحبت میں رہنا اور وچار پوربک اپنے سمے کا ویبھاگ کرکے اور اسمیں مناسب بندبستیاں کرتے ہوئے سارے کاموں کو وِدہی پوربک اور وقت مقررہ پر کرنے کی کوشش کرتے رہنا چاہئے۔

ہر ایک کام کو اوقات مقررہ پر ہی کرنے سے اول تو وہ کام سادہ پن اور عمدگی سے انجام پاتے ہیں اور دوسرا یہ فایدہ بھی ہوتا ہے کہ من میں کسی خاص وقت میں سوائے اس کام کے خیالات کے جو اسوقت کے واسطے مقرر کیا گیا ہو دوسرے خیالات نہیں آتے اور من میں ایک وقت میں ایک ہی خیال کے رہنے اور دوسرے خیالات کے گذر ہونے سے جوگ سادھن میں بہت مدد ملتی ہے۔ اگرچہ خوراک کا بھی خیالات و افعال پر بہت اثر پڑتا ہے۔ تاہم ابھیاسی کو شروع ابھیاس کیوقت خوراک کی تبدیلی میں زیادہ زور نہ دینا چاہئے خود بخود جیسے جیسے ابھیاس کی طاقت بڑہتی جاویگی ویسے ویسے ساتوک بھوجن کی طرف طبیعت راغب ہوتی جاویگی البتہ زیادہ ثقیل یا کچی یا سڑی ہوئی یا بدبودار یا کڑوی یا ترش چیز سے پرہیز لازم ہے۔

**ابھیاس کا وقت اور نشست کا طریقہ** جس شخص کی عمر پندرہ برس کی ہو وہ ہر روز وقت مقررہ پر دیرانتہ کال نت نیم کا سمے زیادہ اچھا ہے) شدہ ایکانت اور رمنیک استھان میں سدہ آسن سے بیٹھے۔ سدہ آسن سے بیٹھنے کی یہ ترکیب ہے کہ بائیں پاؤں کو موڑکر اسکی ایڑی کو انڈکوش یعنی فوطوں کے نیچے کی سیون اور دہنے پاؤں کو موڑکر اسکی ایڑی کو انڈکوش کے اوپر کی سیون پر رکھکر چار زانو یعنی پالتھی مار کر بیٹھے اور اوپر کے سارے بدن کو تنا ہوا رکھے اس آسن کا نمونہ حسب ذیل ہے اس آسن کی مشق سے صحت جسمانی بھی عمدہ ہوتی ہے۔

اگر اس آسن میں کسیوجہ سے تکلیف معلوم ہو تو جسطرح آرام معلوم ہو اسیطرح بیٹھنا چاہئے
مگر ہر حالت میں بدن خصوصاً گردن کو تنا ہوا رکھنا زیادہ مفید ہے ۔

سدھ آسن سے بیٹھکر من کو شانت کرنیکی کوشش کرے اگر من پر غصہ رنج وغیرہ
کا غلبہ ہو اور من شانت ہو سکے تو جب تک غلبے کا زور رہے سادہن کو شروع
نہ کرنا چاہئے من کو شانت کرنیکے بعد کم از کم پانچ پرانایام کرے ۔ پرانایام کی ودہی
حسب ذیل ہے ۔

**پرانایام کا طریقہ** آہستہ آہستہ سوانس کو اس مقام سے جہاں ناک کے دونوں سوراخ
ایک ہوتے ہیں اوپر کھینچکر اور تھوڑی دیر وہاں ہی روک کر پھر اسی طرح آہستگی سے باہر
نکالنا چاہئے اور تھوڑی دیر باہر روککر پھر اوپر کو کھینچنا چاہئے ۔ سوانس کو اوپر کھینچنے

ہیں رو کنے ہیں اور باہر نکالنے میں تھی ویرہ لگانی چاہئے اور نہ اتنی طاقت صرف
کرنی چاہئے کہ جس میں تکان یا بیچینی معلوم ہونے لگے ۔

**تصور کا جمانا** پرانایام کے بعد کسی استہول چیز پر جسکو ابھیاسی نہ ہی طور پر متبرک
یا عزیز سمجھتا ہو مثلاً تصویر ۔ مورتی وغیرہ پر ۔ پانچ منٹ تک دھیان جماوے ۔ یا
آئینہ سامنے رکھکر پانچ منٹ تک اسپر نظر جماوے یعنی دونوں آنکھوں کی پتلیوں
کو دیکھتا رہے ۔ اگر آئینہ کی چمک ناگوار معلوم ہو تو سبز رنگ کا کاغذ ایک فٹ قطر کا
گول لیکر اور اسپر بیچوں بیچ میں ایک نقطہ سیاہی سے انگوٹھے کے ناخون کی
برابر بنا کر اُسپر توجہ کو جماوے ۔

اسکے بعد پانچ منٹ تک کسی عمدہ بھجن گانے یا مذہبی کتاب کے پڑھنے میں یا
دھیما سُریلا باجا سننے میں کانوں کو متوجہ کرے ان ہر دو سادھنوں کو ایک ایک
ہفتے کے بعد ایک ایک منٹ زیادہ بڑھانا چاہئے جب ہر ایک سادھن کی آدہ
آدہ گھنٹے تک نوبت پہنچ جاویگی ۔ اور اسقدر عرصے تک توجہ آنکھوں کے ذریعے
مورتی تصویر ۔ آئینہ ۔ یا کاغذ پر اور کانوں کے ذریعے بھجن یا مطالعہ کتب مذہبی یا
سُریلے باجے کی آواز میں اچھی طرح جمنے لگے گی تب ابھیاسی کو ایک خاص قسم کا
آنند آنے لگے گا ۔ اُسوقت باہری سادھن آنکھ اور کان کو جیسے کہ ایک ایک منٹ
بڑھایا گیا تھا ۔ اسی طرح ایک ایک منٹ گھٹاتے جانا چاہئے اور پانچ منٹ تک جس
مورتی تصویر یا کاغذ پر توجہ کو جمایا ہو اسی کا آنکھوں کو بند کرکے اس مقام پہ جہاں آنکھوں
کی دونوں دہاریں ایک ہوتی ہیں یعنی ہر دو بھوؤں کے بیچ میں دھیان کرے ۔

اور اسی طرح جس باجے کی آواز پہ کانوں کو متوجہ کیا ہو اسی آواز کو کانوں کو بند
کرکے اندر میں سُننے کی کوشش کرے ۔ جب یہ سادھن ایک ایک منٹ بڑھتے
بڑھتے آدہے گھنٹے تک پہنچ جاوینگے تب ان میں پہلے سے ادہک آنند ہوگا ۔
جب آدہ گھنٹہ تک یہ سادھن بھی ہونے لگیں تب انکو بھی ایک ایک منٹ کم کرتے
ہوئے ادہ پانچ پانچ منٹ تک آنکھ بند کرکے دونوں بھوؤں کے بیچ میں اندری

روشنی کو دیکھنا چاہئے اور اسی طرح کانوں کو دونوں انگوٹھوں سے بند کرکے پانچ منٹ تک انتری شبد سننا چاہئے *

انتری سادھنوں کو بھی مثل باہری سادھنوں کے ایک ایک منٹ ہر ہفتہ میں بڑہانا چاہئے۔ جب یہ سادھن بھی بڑہتے بڑہتے آدھے گھنٹہ تک پہنچ جاوینگے تو پہلے آنند سے بہت زیادہ اعلے درجہ کا آنند اور کئی غیر معمولی باتیں معلوم ہونے لگیں گی *

واضح رہے کہ انتری سادھنوں میں توجہ کو ترکٹی وغیرہ کے بیچوں بیچ جمانا اور بڑہاتے جانا چاہئے اول تو بیچ سے توجہ کسی طرف کو نہ ہٹے۔ دویم اگر اتفاقیہ ہٹے تو داہنی طرف بہ نسبت بائیں طرف کے ابھیاسیوں نے اچھا مانا ہے *

اسکے بعد ان انتری سادھنوں کو بھی ایک ایک منٹ کم کرنا شروع کیا جاوے اور پانچ پانچ منٹ بغیر آنکھ بند کرنیکے انتری روشنی کا دھیان اور بغیر کان بند کرنے کے انتری شبد سننا شروع کیا جانا چاہئے۔ اور اس مشق کو ہر ہفتہ ایک ایک منٹ بڑہانا چاہئے۔ اسی کو جوگ کی اصطلاح میں سویکلپ سمادہی اور سمپر گیات جوگ کا آخری درجہ کہا گیا ہے اس درجہ پر پہنچکر پرانایام کے سادھن کو ترک کر دینا چاہئے جس مرد یا عورت کی عمر چالیس برس سے زیادہ ہو۔ یا آنکھ یا کان کی صحت عمدہ نہ ہو اسکو باہری سادھن پرانایام اور آنکھ اور کان کے نہ کرنے چاہئیں۔ اسی طرح جسکی عمر پچیس اور چالیس برس کے درمیان ہو اور عقل تیز اور علمی لیاقت عمدہ ہو وہ بھی باہری سادھن نہ کرے *

پہلی حالت والوں یعنے چالیس برس سے زیادہ عمر یا خراب صحت والوں کو بجائے آئینہ یا کاغذ کے باہری سادھنوں کے نقطہ اوم یا اور الفاظ جنمیں انکی رچی ہو اسی قدر وقت تک یعنے جسقدر وقت کہ پرانایام اور دھیان اور بھجن میں لگتا زبان سے جپنا چاہیے۔ پھر زبان کے جاپ کو ایک ایک منٹ کم کرتے ہوئے خاموشی کے ساتھ انگلیوں پر جاپ کرنا چاہئے۔ پھر اس جاپ کو بھی ایک ایک

منٹ کم کرتے ہوئے آنکھ اور کان کے انتری سادھنوں کو شروع کرنا چاہئے دوسری حالت والے یعنی جنکی عقل تیز و علمی لیاقت عمدہ ہو وہ بجائے باہری سادھنوں پرانایام۔ دھیان و بھجن کے کتب مذہبی کے سننے سنانے اور وچار نے میں کم ازکم آدھا گھنٹہ روز خرچ کریں۔ اور ہر روز ایک ایک منٹ بڑہاتے ہوئے جب دو گھنٹہ تک نوبت پہنچ جاویں۔ تب مطالعہ کتب کو ایک ایک منٹ کم کرنا شروع کریں اور آنکھ اور کان کے انتری سادھن کو پانچ پانچ منٹ تک کرنا شروع کرکے آدھے گھنٹے تک پہنچاویں اور پھر اس سادھن کو ایک ایک منٹ کم کرتے ہوئے بغیر آنکھ و کان بند کرنے کے انتر میں روشنی کو دیکھنے اور شبد کے سننے کی مشق کریں ۔

جن شخصوں کا چال و چلن عمدہ ہو اور عمر تیس برس سے کم اور صحت عمدہ ہو وہ باہری سادھن پرانایام۔ آنکھ اور کان کا و نیز شبد کا جاپ۔ و کتب مذہبی کا سننا سنانا۔ اور علاوہ بریں ان سب کے ویایام یعنے ورزش جسمانی خصوصاً باہوں اور چھاتی کے سادھن بھی کیا کریں اور ساتوک بھوجن کے سوائے دوسرے بھوجن سے پرہیز کریں۔ جملہ سادھنوں کے واسطے جو وقت اور طریقہ کہا گیا ہے اسی طرح کریں اور ویایام میں کم ازکم آدھا گھنٹہ اور خرچ کیا کریں جیسے جیسے انکا چال و چلن عمدہ ہوتا جاوے اور نفسانی خواہشات کم ہوتی جاویں ویسے ویسے باہری سادھنوں اور ویایام کو کم کرتے جاویں۔ اور انتری سادھنوں کو شروع کرتے جاویں۔

سادھو وغیرہ اشخاص جنکا وقت کسی خاص پیشہ کے کام میں خرچ نہیں ہوتا ہے انکو اپنے ادھکار کے موافق سادھن کم ازکم دو گھنٹہ روز انجام دینے چاہئیں۔ اور کم گوئی۔ کم خوری۔ اور کم خوابی کی عادت ڈالتے ہوئے خیالات و افعال کو کم اور پاکیزہ بنانے کی کوشش کرتے رہنا چاہئے جس کسی کو زیادہ شوق ہو وہ علاوہ ان سب سادھنوں کے نیند آنے کے وقت جاگتی اور سوتی حالت کے درمیانی وقفہ کے لمحوں میں جاگتے رہنے کی کوشش کرکے اوم وغیرہ کا جاپ کرے۔ اس سادھن سے بہت لابھ پہنچے گا کمزور یا بڈھا آدمی اس سادھن کو نہ کرے۔ انتری

روشنی کے دھیان کرنے والوں اور انہتری شبد کے سننے والوں کو کچھ عرصہ تک چھوٹے چھوٹے ذرے اور پھر لال پیلے نیلے وغیرہ خوشنما رنگ بدلتے ہوئے دکھلائی دیوینگے۔ اور اسی طرح کانوں کے سادھن میں پہلے مایئیں مایئیں کی آواز سنائی دیویگی اور پھر جھینگر کی آواز کی سی رسیلی دھن سنائی پڑیگی۔ یہ پہلا درجہ ہے اس درجہ میں من یکسو ہونا شروع ہوتا ہے ٭

**تصور میں خاص علامات کا پیدا ہونا**

کچھ عرصہ کے بعد جسکا وقت مقرر نہیں ہو سکتا۔ کیونکہ ابھیاسی کی فرصت شوق۔ تیزی طبیعت اور سچے وشواس پر منحصر ہے چمکتے ہوئے تاروں کی سی روشنی دکھلائی دینی شروع ہوگی اور نقارے کی سی آواز سنائی دیگی۔ یہ دوسرا درجہ ہے اس درجہ میں معقول پسندی پیدا ہو کر ست گرہن کرنیکو طبیعت چاہنے لگے گی۔ اور فضول باتوں سے طبیعت ہٹنے لگے گی اس درجہ میں من اسقدر صاف ہوجاتا ہے کہ خود بخود اسمیں ناپاک خیالات پیدا ہونے بند ہو جاتے ہیں۔ لیکن من کی کوملتا کے سبب ست سنگ اور کسنگ کا بہت تیز اثر پڑتا ہے اسوجہ سے کوسنگ سے نہایت احتیاط کے ساتھ پرہیز کرنا واجب ہے اسکے بعد چاند کے سے روشن دائرے اور گھنٹہ کی سی آواز معلوم ہوگی۔ یہ تیسرا درجہ ہے۔ اسمیں رتمبھرا بدہی پراپت ہوکر ست اسنت کا ودیک کرنے اور ست گرہن کرنیکی شکتی پیدا ہو جاویگی۔ جسکے پراپت ہونے پر ابھیاسی نربھے اور نہکمش ہوجاتا ہے۔ اور جس ودیشے کو وچارتا ہے اسکو ٹھیک ٹھیک معلوم کرلیتا ہے اور جس کام کو شروع کرتا ہے اسکو بہت جلدی اور عمدہ طرح انجام کو پہنچا دیتا ہے اس درجہ میں رفتہ رفتہ دنیاوی کاموں میں ممتا کم ہوتی جاتی ہے ٭

اسکے بعد ایک ہلکی اور دھندلی سی پھیلی ہوئی سفید روشنی دکھلائی دیگی اور دھیمی دھیمی بانسری کی سی آواز سنائی دیگی۔ یہ چوتھا درجہ ہے اس درجہ میں اکثر ابھیاسیوں کو مہاتماؤں کے درشن ہو کر ان سے ہدایات بھی ملتی ہیں اور دھرم کی اصلیت معلوم ہوجاتی ہے جسکے سبب اسدرجہ کے آدمیوں میں مذہبی اختلاف ہرگز نہیں

رہتا ہے۔ بلکہ انکے ست سنگ اور نیک خیالات کا جتنے آدمیوں پر اثر پڑتا ہے۔
وہ بھی سچے دھرم کو سمجھ کر فروعات میں جھگڑا نہیں کرتے۔

جیسی جیسی سفید روشنی اور بانسری کی آواز صاف اور اعلی درجہ کی ہوتی جاتی ہیں
ویسے ویسے ہی اعلے درجہ کے آنند اور شانتی کا انوبھو اور پراپتی ہوتی جاتی ہے۔
ساتھ ہی ساتھ بہت سدھیاں یعنے غیر معمولی طاقتیں بھی ظہور میں آتی جاتی ہیں۔
جنپر ابھیاسی کو ہرگز توجہ نہ دینی چاہئے کیونکہ انپر توجہ دینے سے من کو وکشیپا ہوتی
ہے اور ترقی کی روک ہو جاتی ہے۔

جب سدھیوں میں بالکل لوبھ نہ رہیگا اور ابھیاس بغیر کسی وگھن کے برابر جاری
رہیگا تب سب سکھوں کے دینے والی نروکلپ سمادھی پراپت ہوگی۔ اس سمادھی
کو ابھیاسی بتدریج بڑھاتے بڑھاتے اگر وہ چاہے دنوں۔ ہفتوں۔ مہینوں اور برسوں
تک بڑھا سکتا ہے۔ ان سادھنوں سے انتہکرن شدھ ہو کر برے کرم اور اون کا
بیج دُشٹ سنسکار دگدھ ہو جاتے ہیں۔

پرشن۔ اگرچہ آپنے سارے دھرم کے انگوں کو ایک عجیب ڈھنگ اور نئے
طریقہ سے بیان کیا ہے تاہم عقل کے ذریعہ وہ طریقے درست معلوم ہوتے ہیں۔
لیکن جوگ ابھیاس کے علم کا بالکل ابھاؤ ہونے سے اور عقل کے ذریعہ اونکا
اندازہ نہ کرنیکے سبب ضروری معلوم ہوتا ہے کہ آپ پچھلے کسی مشہور جوگی کے بچنوں
کا پرمان دیویں۔

اوتر۔ ہر ایک ملک اور قوم میں۔ ہر ایک مذہب اور فرقے میں بیشمار آدمیوں
کو خصوصاً جب وہ مر جاتے ہیں طرح طرح کی لیاقتوں اور طاقتوں سے موصوف
کیا جاتا ہے۔ پس اون سب کا پرمان کسطرح سے دیا جانا ممکن ہے۔

پرشن دویم۔ آپنے اکثر موقعوں پر ہندوستان کے رشیوں کا حوالہ دیا ہے۔
ہندوستان میں پاتنجلی منی مشہور جوگی ہوئے ہیں اور انہوں نے جوگ شاستر رچا
ہے۔ اونکا پرمان دینا مناسب ہے۔

اوتر۔ پاتنجلی منی نے سنسکرت زبان میں جو انکے وقت میں عام طور پر مروج تھی جوگ شاستر رچا ہے۔ وہ زبان اب بہت پُرانی ہوگئی ہے اور عام طور پر مروج نہیں ہے اور نیز لفظی بحث کرنیوالوں نے وقتاً فوقتاً اپنی باتوں کو سدھ کرنیکے لئے ایک ایک لفظ کے بیس بیس طرح اور ایک دوسرے سے ضدین ارتھ یعنے معنی بیان کئے ہیں مثلاً اُتھا کے معنی کہیں چیتن شکتی کے لئے گئے ہیں اور کہیں جڑ شکتی کے بھی لئے گئے ہیں۔ یا کہے گئے ہیں۔ پس لفظی پرمان کی جگہ مطلب بیان کرنا زیادہ مفید ہے جسکے بیان کرنے سے پہلے یہ بتلانا ضروری ہے کہ پاتنجلی منی نے جوگ شاستر لکھنے سے پہلے جوگ ابھیاس کے سادھن کرکے اوس علم کو معلوم کیا تھا اور وہ سادھن وہی قدرتی سادھن ہیں جنکا مختصر طور پر اوپر ذکر ہوا ہے۔ البتہ پاتنجلی منی نے اپنے زمانہ کی ودیا اور دھرم بھاؤ کا اندازہ کرکے اوسوقت کے ادھکاریوں کے واسطے زیادہ واضح طور پر لکھا ہے اور مہرشی ویاس جی نے اونکے سوتروں کی تشریح لکھ کر اونکو اور بھی زیادہ مشہور اور مفید بنادیا ہے *

**پاتنجلی سوتر سار یعنے پاتنجلی جی کے جوگ شاستر کا خلاصہ مطلب** ۔ جوگ شاستر چار حصوں پر منقسم ہے اول سمادھی پاد جسمیں مختلف قسم کی سمادھیوں کا ذکر ہے اور جسمیں پچاس سوتر یعنے فقرے ہیں دویم سادھن پاد جسمیں عملی طریقے ابھیاس کے مندرج ہیں اور جسمیں اٹھاون سوتر ہیں سویم وبھوتی پاد جسمیں سدھیوں یعنے غیر معمولی طاقتوں کے حاصل ہونے کا ذکر ہے اور جس میں باون سوتر ہیں چہارم کیول پاد جسمیں موکش یعنے نجات کا ذکر ہے اور جسمیں چونتیس سوتر ہیں۔ جوگ سے چت کی برتیوں کے روکنے کی مراد ہے یعنے چت کی برتیوں کو بُرے سنسکار اور بُرے کرموں سے ہٹا کر۔ شُبھ سنسکار اور شُبھ کرموں میں استھر کرنے اور اوسکے پشچات سنکلپوں سے رہت ہونے اور پرماتما کے سمیپ یعنے نزدیک پہنچنے کو جوگ کہتے ہیں *

چت کی تمام برتیوں کو پانچ قسموں پر منقسم کرکے پاتنجلی جی کہتے ہیں کہ

سارے کلیش جو تو قسموں پر منقسم کئے ہیں اون پر تینوں کے رو کنے سے دور ہو جاتے ہیں *

پاتنجلی جی نے جیسے کہ ہر ایک مصنف کتاب کا دستور ہوتا ہے سب قسم کے ادہکاریوں کے واسطے ہدایات مندرج کی ہیں *

**اول اوتم ادہکاری** اوتم ادہکاری اوسکو سمجھنا چاہئے جسکے سنسکار اور کرم دونو اچھے ہوں۔ اوسکو عالم باعمل مہاتماؤں کے پاس جاکر **وتیرک** یعنی بحث ومباحثہ کرنا چاہے یہ پہلی سمادہی ہے۔ پہر ایکانت میں بیٹھ کر اوس بحث کے متعلق **وچار** یعنے غور و فکر کرنا چاہئے یہ دوسری سمادہی ہے جب وچار میں آنند پراپت ہونے لگے تو تیسرے درجہ کی سمادہی سمجھنی چاہئے۔ جب ساتوک بدہی کے ذریعہ آنند کے چشمہ آتما تک رسائی ہوئی ہو اوسکو چوتھے درجہ کی سمادہی کہا ہے۔ یہ چاروں سوکلپ سمادہی کہی گئی ہیں اور چاروں کا نام **سمپرگیات جوگ** رکھا ہے کیونکہ یہ بذریعہ اندریوں۔ من۔ اور بدہی کے حاصل ہوتی ہیں اسکے بعد نروکلپ سمادہیوں کے طریقے اور آنند کا بیان ہے۔ جنکا نام اسمپرگیات یوگ رکھا ہے *

**دویم مدہم ادہکاری** مدہم ادہکاری اوسکو سمجھنا چاہئے جسکے سنسکار دشٹ ہوں مگر کرم اچھے ہوں۔ اوسکو پہلے سنسکار درست کرنے چاہئیں جنکے اوپا حسب ذیل ہیں

(۱) نشکام کرموں کا کرنا یعنے اپنی خواہش یا خود غرضی کو چہوڑکر دنیا کے فائدے کے واسطے کام کرنا یا پرماتما کی استتی پرارتہنا اور اوپاسنا میں مصروف رہنا *

(۲) تپ۔ النکار روپی کتہا میں تپ کی ویاکہیا اسطرح سے کی گئی ہے کہ دنیا کو ایک سڑک سمجھو۔ جسکے شمال میں یعنے اونچی طرف سورگ ہے اور جنوب میں یعنے نیچی طرف نرک ہے انسان کا جسم مثل ایک رتہہ کے سمجھو جسمیں اندریاں روپی گہوڑے لگے ہوئے ہیں من روپی سارتہی یعنے کوچوان ہے۔ آتما روپی راجا اوسکے اندر بیٹھا ہے اور بدہی روپی منتری اوسکے احکام کو من تک پہنچاتی

ہے۔ سڑک کے دونو طرف طرح طرح کی دلکش چیزیں دکھلائی دیتی ہیں۔ اور خوفناک جھاڑیاں اور رغار بھی ہیں۔ من اونکے دیکھنے میں بار بار متوجہ ہوتا ہے اور سجانے اسکے کہ گھوڑوں پہ پوری نگرانی کرکے ٹھیک ٹھیک چلاوے۔ اونکی باگیں ڈھیلی چھوڑ دیتا ہے۔ اور رتہ کے کھڑکھڑاہٹ میں بدہی کی آواز نہیں سنتا ہے۔ گھوڑے بجائے اوپر کیطرف چلنے کے جسمیں اونکو تکلیف اور محنت ہوتی ہے بار بار نیچے کیطرف پھر جاتے ہیں اور دوڑنے لگتے ہیں اور بلا راستہ چلکر رتہ کے پرزوں کو بگاڑ دیتے ہیں۔ تپ سے یہ مراد ہے کہ گھوڑوں اور سارتہی کو ٹھیک ٹھیک نیم میں رکھکر حسب ضرورت کبھی جلدی کبھی آہستہ چلایا جاوے اور رتہ کے سارے پرزوں کو حفاظت کیا جاوے جب کوئی پرزہ ذرا بھی خراب ہو اوسیوقت اوسکی مرمت کیجاوے اور راستہ میں خواہ کیسی ہی دلکش چیزیں دکھلائی دیں اوسپر دھیان نہ دیا جاوے اور خواہ کیسی ہی مشکلات حایل ہوں اونکا مقابلہ دلیری۔ اور مستقل مزاجی سے کیا جاوے بار بار کسی خاص لفظ اوم آدی کا ورد کرنے اور اسطرح سے من کو روکنے کو بھی تپ کہتے ہیں۔ گوشہ تنہائی میں بیٹھکر اندریوں کے روکنے کو بھی تپ کہتے ہیں۔ جسمانی جذبوں کے روکنے کیواسطے فاقہ کشی یا پنچ اگنی وغیرہ سے تپنے کو بھی تپ کہتے ہیں۔ تپ کے ذریعہ دُشٹ سنکلپوں کا بیج دگدہ ہو جانا کہا گیا ہے

**سوئم کنشٹ ادہکاری** کنشٹ ادہکاری اوسکو سمجھنا چاہئے جسکے خیالات بھی خراب ہوں اور افعال بھی اوسکو چاہئے۔ کہ سرب ویاپک پرماتما کو حاضر و ناظر سمجھکر بُرے کام کرنے سے ڈرتا رہے اور اسیطرح سے پرماتما کو انتر جامی سمجھکر بُرے کام کا سنکلپ بھی دل میں نہ لاوے۔ اگر نرا کار پرماتما کو دھیان میں نہ لاسکے تو جو چیز اتینت پریہ ہو اوسپر دھیان جمانا چاہئے۔

**چہارم۔ اتینت کنشٹ ادہکاری** اتینت کنشٹ ادہکاری اوسکو سمجھنا چاہئے جسکے سنسکار بھی خراب ہوں اور کرم بھی اور اون میں اسقدر رسوہ ہو گیا یا عادت پڑگئی ہو کہ اونکو چھوڑنے کی خواہش یا ہمت بھی نہ ہو لیکن جوگ ابھیاس کا شوق

ہو- اوسکے واسطے

# اشٹانگ جوگ ہے ٭

**اشٹانگ جوگ کی تفصیل** اشٹانگ جوگ سے خاص خاص آٹہہ سادہنوں کی مراد ہے- جنہیں سے ایک ایک ایسا سادہن ہے- جسپر ٹہیک ٹہیک طرح عمل کرنے سے بُری سے بُری حالت اچھی حالت میں تبدیل ہونی ممکن ہے- وہ آٹہہ سادہن یہ ہیں (۱) یم (۲) نیم (۳) آسن (۴) پرانایام (۵) پرتیاہار (۶) دہارنا (۷) دہیان (۸) سمادہی- ان آٹہوں کی مختصر ویاکہیا اسطرح سے ہے ٭

(۱) یم - لفظ یم کے معنے روکنے کے ہیں- اصطلاح میں مفصلہ ذیل پانچ اخلاقی اصولوں سے مراد ہے- اہنسا- ست- استے- برہمچرج- اپری گرہ- اہنسا سے یہ مراد ہے کہ کسی جیو کو تکلیف نہ دیجاوے نہ دل میں تکلیف دینے کا ارادہ کیا جاوے- یہ اہنسا اکیس قسم کی کہی گئی ہے اور اسکو عمل میں لانے کیواسطے ہمیشہ عقل کو کام میں لانا چاہئے- مثلاً اگر خونی آدمی کو پہانسی دیجاوے- یا اپنی حفاظت یا ملک کے فایدہ کیواسطے کسی کی جان تک بھی لیلیجاوے- تو وہ ہنسا نہیں ہی اہنسا یعنے دیا ایک روحانی صفت ہے- جب ہر وقت اسکو عمدہ طرح برتا جاتا ہے تو کسی جیو سے تکلیف نہیں پہنچ سکتی کیونکہ انسان کا وہ دُیت جو ہر وقت جسم سے نکلتا رہتا ہے اوس میں انسان کے خیالات کا اثر آجاتا ہے- رحم دل آدمی کا دُیت جہانتک اوسکا اثر پہنچیگا دوسرے جیون کو بھی رحیم بناویگا- یہی وجہ ہے کہ اکثر اس قسم کی روایت سنی جاتی ہے کہ کوئی مہاتما شیر یا سانپ وغیرہ کے مقابلے میں آئے مگر اونکو کچھ گزند نہیں پہنچی- سبب یہ ہے کہ اونکے دُیت کے اثر سے وہ جانور بھی رحم کی صفت سے موصوف ہوگئے- ست سے یہ مراد ہے کہ جیسا من میں ہو ویسا ہی کہے- کرے اور مانے اعلے درجہ کا ست یہ ہے کہ جیسا آتما بندہ ہو بنوالا ہو اوسکو بھی وچار کرکے ویسا ہی کہے- ستوادی کا من صاف ہوکر اوس میں روشن ضمیری پیدا ہوجاتی ہے- اور جو کام وہ کرتا ہے وہ عمدہ طرح کامیابی سے انجام کو پہنچ جاتا ہی- استے سے مراد کسی چیز کو بغیر اوسکے مالک کے اگیا کے

نہ لینا۔ نہ لینے کا ارادہ ہی کرنا۔ ایسی پرتگیا سے اوسکو ہر ایک چیز جنہا جوگ پراپت ہوتی رہتی ہے ۔

برہمچرج سے مراد ویرج کی رکھشا اور ودیا کا پڑھنا ہے۔ اسکا پھل یہ ہے کہ شریر آروگ اور بدہی نرمل ہوکر ہمیشہ آنند پراپت ہوتا رہتا ہے ۔ اپری گرہ سے مراد یہ ہے کہ باوجود سامرتہہ کے ضرورت سے زیادہ چیزوں کو جمع نکرنا اور جت اندریہ رہنا۔ اس سادہن کے عرصہ تک ٹھیک ٹھیک استعمال سے جنم جنمانتر کے حال معلوم ہونے لگتے ہیں

(۲) نیم۔ یہ بھی پانچ ہیں۔ شوچ۔ سنتوش۔ تپ۔ سوادہیائے۔ ایشر پرنی دہان ۔

شوچ سے مراد صفائی کی ہے۔ جب روزمرہ جسم کو صاف رکھنے پر بھی باہر اندر پلیتتا بھری رہتی ہے تب اوروں کے جسم میں بھی ایسا ہی حال ہونیکا یقین ہوتا ہے اور اسوجہ سے دوسروں کے جسم سے سپرش کرنیکو دل نہیں کرتا۔ اور علیحدگی میں رہنا پسند آتا ہے جسکے سبب من میں ایک خاص آنند اور یکسوئی حاصل ہوتی ہے ۔

سنتوش سے مراد یہ ہے کہ جس چیز کی ضرورت ہو اوسکے واسطے مناسب کوشش کیجاوے۔ پھر بھی اگر وہ حاصل نہو تو صبر کیا جاوے۔ جو سکھ دہن آوی سے ملتا ہے اس سے بہت زیادہ سکھ سنتوش سے پراپت ہوجاتا ہے اسی وجہ سے اکثر مہاتماؤں نے سنتوش کو موکش کے سکھ کی برابر کہا ہے۔ ایک کوی کا واک ہے ۔

"گئو دہن گج دہن۔ باج دہن اور رتن دہن کان ۔ جب آیو سنتوش دہن سب دہن دہول سمان"

مہاراج بہرتری جی کا ابھیاس روایت ہے کہ بہرتری جی فقیری کیحالت میں کسی جنگل میں بیٹھے تھے اوسطرف کسی راجا کی سواری آئی۔ راجہ کے نوکروں نے بہرتری جی سے کہا کہ راجہ جیکی سواری آتی ہے تم ادہر سے ہٹ جاؤ۔ بہرتری جی نے کہا کہ ہم مہاراجہ ہیں راجہ کو کہدو۔ کہ دوسری طرف کو چلا جاوے۔ راجہ نے یہ بات سُن لی اور بہرتری جی سے پوچھنے لگا کہ تم کسطرح سے مہاراجہ ہو۔ بہرتری جی نے کہا کہ تم کسطرح سے راجہ ہو۔ راجہ نے جواب دیا کہ میرے پاس بیشمار فوج ہے۔ بہرتری جی نے پوچھا کہ فوج کس مطلب کیواسطے ہے۔ راجہ نے جواب دیا کہ دشمنوں کو ڈنڈ دینے اور فتح کرنیکے واسطے۔ بہرتری جی نے کہا کہ ہم اسواسطے مہاراجہ ہیں

کہ ہمارا کوئی دشمن ہی نہیں۔ اور اسواسطے فوج رکھنے کی ضرورت ہی نہیں۔ راجہ نے کہا کہ میرے پاس بیشمار روپیہ اور خزانہ ہے جسکے ذریعہ جس چیز کی خواہش ہو فوراً حاصل ہو سکتی ہے بھرتری جی نے کہا کہ تم روپیہ وغیرہ سے جس چیز کو دل چاہے حاصل کرسکتے ہو اور ہم کسی چیز کی خواہش ہی نہیں رکھتے اور اسوجہ سے دہن آدی کے حاصل کرنے اور رکھشا کرنے کی تکلیف سے بھی بچے ہوئے ہیں اور اسی وجہ سے اگر تم اپنی تئیں راجہ سمجھتے ہو تو ہم مہاراجہ ہیں۔ آپکی دیا کہیا پہلے کی گئی ہے۔

سوادھیائے سے اون کتابوں کے پڑھنے یا وظیفہ کے ورد کرنے سے مراد ہے جنکے ذریعہ اپنی ہستی معلوم ہوکر سچی خوشی حاصل ہو سکے۔ جو شخص عالم ہوں۔ وہ روحانی علوم کی کتابیں پڑھیں اور جو علوم سے بے بہرہ ہوں وہ پرماتما کا نام جپیں۔ دراصل انسان کے اندر سچے علم کا چشمہ موجود ہے۔ مگر ایک تنگ و تاریک جنگل سے گذر کر اوس چشمہ آب حیات پہ پہنچنا ہوتا ہے۔ عالم آدمی علم کا چراغ لیکر وہ راستہ آرام سے طے کرسکتا ہے۔ گو چراغ کی روشنی میں کئی دل کو لبھانے والی چیزیں دیکھنے کے سبب اصل چشمہ تک پہنچنے سے محرومی رہجانی بھی ممکن ہے۔ یعنے عالم آدمی کی طرح طرح سے خاطریں ہوتی ہیں اوس آرام اور رمان بڑائی کی کیچڑ میں اکثر عالم آدمی پھنس جاتے ہیں۔ نام کا جاپ بطور اندھے کی لاٹھی کے ہے۔ کہ کھٹ کھٹاتا ہوا آہستہ آہستہ چلاجاتا ہے۔ منزل پر پہنچنے پر دونو کو ایک جیسا فایدہ حاصل ہوجاتا ہے۔

جوگ سادھنوں میں سوادھیائے ایک اعلیٰ درجہ کا سادھن سمجھا گیا ہے۔ ویاس جی اپنے بھاشیہ یعنے جوگ شاستر کی تشریح میں لکھتے ہیں کہ اس سادھن کرنیوالے کے پاس دیوتا اور سدھ اور رشی لوگ جو انترکش لوک میں وچرتے ہیں درشن کرنے آتے ہیں اور اوسکے نیک کاموں اور مقصدوں میں اکثر سہایتا کرتے ہیں ایشر پرنی دہان سے مراد یہ ہے کہ پرماتما کو اپنا مالک سمجھکر بغیر اوسکے کسی پر بھروسا نہ کرنا۔ اس سادھن سے پرماتما ہر وقت سہایک رہتے ہیں اور اونکی سہایتا کے سبب ساری مرادیں پوری ہوجاتی ہیں۔

تیسرا سادہن اشٹانگ یوگ کا آسن ہے۔ پاتنجلی کہتے ہیں۔ کہ جس نشست سے آرام معلوم ہو بیٹھنا چاہئے۔ لیکن جس نشست سے عرصہ تک آدمی بیٹھتا ہے اوس میں ہی آرام معلوم ہونے لگتا ہے۔ عموماً سدھ آسن سے بیٹھنا زیادہ مفید ہوتا ہے۔ جسقدر دڑھ آسن ہوتا ہے اوسیقدر یوگ سادہن میں سہولیت ہوتی ہے ❊

چوتھا سادہن پرانایام ہے۔ جسطرح اگنی میں سونا ڈالنے سے اوسکا میل ہٹی دور ہوجاتا ہے اسیطرح سے پرانایام کے ذریعہ اندریوں کے دوش دور ہوجاتے ہیں من استھر ہوجاتا ہے اور گیان کی پراپتی ہوجاتی ہے۔ پرتی ہار جو پانچواں سادہن ہے پرتی ہار کے لفظی معنی اولٹی خوراک کے ہیں۔ کانوں کی خوراک یعنے وشئے سننا اور آنکھوں کی خوراک دیکھنا ہے۔ اس معمولی خوراک سے ہٹا کر کانوں کو اندر کے شبد سننے میں اور آنکھوں کو اندر کی روشنی دیکھنے میں لگانا چاہئے۔ اسطرح یہ دونو اندریاں رُک جاتی ہیں اندریوں کے رُکنے سے من بھی رُکنے لگتا ہے ❊

دہارنا سے مراد ہے ہردے۔ مستک وغیرہ استھان میں چت کو لگانا اور اوس جگہ جوت نرنجن ارتھات پرکاش روپ آتما کا انوبھو کرنا ❊

بار باراسطرح کرنے کو اور اوس استھان میں چت کو استھر کرنیکو دہیان کہتے ہیں جب اچھی طرح چت استھر ہونے لگے اور آتما کے آنند میں مگن ہوکر اوس میں محو ہوجاوے اوسکو سمادہی کہتے ہیں۔ اس اوستھا کو پراپت ہوکر انتہکرن شُدہ ہوجاتا ہے۔ سنکلپ خصوصاً دُشٹ سنکلپ نشٹ ہوجاتے ہیں بدہی ساتوک ہوجاتی ہے اور سچے گیان کے سننے اور سمجھنے کا ادہکار ہوجاتا ہے۔ جسکا ذکر اگلے حصہ میں کیا جاویگا ❊

# جلد دوم حصہ سوم

## گیان یعنے علم معرفت

**گیان کی ویاکھیا یعنی تشریح ۔**

گیان ایک سنسکرت لفظ ہے جس کے معنی جاننے کے ہین ۔ اصطلاح مین گیان سے یہ مراد ہے کہ اپنی ہستی اور دنیا کی ساری کائنات کو جیسی وہ ہے اچھی طرح جان لیا جاوے اور اُس سے ٹھیک ٹھیک کام لیا جاوے +

**گیان حاصل ہونے کی علامات**

جب جوگ ابھیاس کے ذریعہ مل - وکشیپ اور آورن یعنی جسمانی امراض اور گناہون کا زور اور من کی چنچلتا اور بدھی کا اودیا روپی جہالت کا پردہ دور ہوجاتے ہین - تب جیو آتما کی چمتکار روپ شکتی کا ظہور ہونے لگتا ہے - جسکی پہلی علامت یہ ہے کہ وویک کی شکتی یعنی نیک و بد ست اور اَست وغیرہ مین تمیز کرنے کی طاقت پیدا ہوجاتی ہے - ہندوستان کے رشیون نے اس درجہ پر پہنچکر معلوم کیا ہے کہ جیو آتما پر پانچ کوش یعنی غلاف ہین اور چار اُسکی اوستھا ہین مگر وہ ان سب سے علیحدہ ہے - پانچ غلاف حسب ذیل کہے جاتے ہین

**کوشون کی ویاکھیا**

(۱) ان مے کوش - تنجا سے لیکر استھی پرینت کا سمدائے پرتھوی سے ہے +

(۲) پران مے کوش - جسمین پران جو بھیتر سے باہر جاتا ہے آپان جو

باہر سے ہنتر بجاتا ہے - سمان جو ناہبی مین استہتہ ہوکر سارے جسم مین رس پہونچاتا ہے - اودان جس سے خوراک اور پانی اندر مُنہ کے ذریعہ کھینچا جاتا ہے ویان جس سے جسم مین ساری حرکتین کیجاتی ہین *

(۳) منومے کوش - جس مین من کے ساتھہ اُہنکار اور پانچ کرم اندریان ہین *

(۴) وگیان مے کوش - جس مین بُدہی چت اور پانچ گیان اندریان ہین جن سے جیو آتما گیان آدی ویوہار کرتا ہے *

(۵) آنند مے کوش - جسمین پریتی - پرسنتا - کم آنند زیادہ آنند اور آدہار کارن روپ پرکرتی ہے - یہ پانچ کوش ہین جنکے ذریعہ جیو آتما سب قسم کے کرم اوپاسنا اور گیان آدی ویوہار کرتا ہے *

**اوستہاون کی ویاکہیا** چار پرکار کی اوستہا یعنی حالتین کہی گئی ہین -

(۱) جاگرت اوستہا یعنی حالت بیداری - اِسمین جیو آتما اندریون مین وِشیش پرویش کرکے سارے بیرونی ویوہار کرتا ہے *

(۲) سپن اوستہا یعنی حالت خواب - اِس مین اندریان شانت ہوجاتی ہین اور جو آتما کا وِشیش پرویش من مین ہوتا ہے *

(۳) سکہوپتی اوستہا یعنی حالت گہری نیند یا بیہوشی - اِسمین اندریان اور من دونو شانت ہوجاتے ہین اور جیو آتما کا وِشیش پرویش اہنکار روپی بُدہی مین ہوتا ہے جسکی وجہ سے جاگنے پر کہا جاتا ہے کہ بڑہی گہری نیند آئی اور اسمین سُکہہ ملا *

(۴) تُریا اوستہا یعنی حالت انبساط - یہ حالت صرف یوگ کی سمادہی کے ذریعہ حاصل ہوتی ہے - اسمین جیو آتما - اندریون - من - بُدہی اور اہنکار سے رہت ہوکر اپنے شُبہاوِک گنون کے ذریعہ آنند مین رہتا ہے - اِن سب اوستہاؤن سے ہی جیو آتما پرتہک یعنی علیحدہ ہے - البتہ انکا

پریرک - انکا ساکشی اور انکا کرتا بہوگتا ہے ؛

وویک کے ذریعہ گیان وان کو معلوم ہوجاتا ہے کہ پاپ آچرن دکہہ کا مُول کارن یعنی اصلی سبب ہین اور اور دہرم آچرن سُکہہ کا مُول کارن ہین پس وہ ہمیشہ دہرم آچرن ہین ہی پرورت رہتا ہے جسکے سبب سچا ویراگ اوتپن ہوتا ہے ؛

**ویراگ کی ویاکہیا** جملہ دنیاوی چیزون کو است سمجہہ کر اُنمین اسکتی نہ کرنا ـ اور است شریر من اندریون وغیرہ کے ذریعہ ست سروپ پرماتما کی پراپتی کا جتن کرنا - سرشٹی کی ساری چیزون سے اُنکے گُن کرم اور سبہاؤ جانکر ٹہیک ٹہیک کام لینا اور پروپکار کو فرض اعلیٰ سمجہنا ویراگ کہاتا ہے ؛

**سچے اُپدیش کی پراپتی** اسطرح سے وویک اور ویراگ کے ساوہن کرنے سے گیانون کو ذرا ذراسی باتون سے اُپدیش ملنے لگتا ہے - اور جیسے جیسے اس اُپدیش کی قدر کیجاتی ہے اور سچے دل سے تعمیل کیجاتی ہے ویسے ویسے اوہک گیان کی پراپتی ہوتی جاتی ہے ؛

**دتاتریہ جی کا ذکر** پراچین سمے مین دتاتریہ جی ایک مشہور سنیاسی ہوئے ہین روایت ہے کہ اُنہون نے چوبیس گرو دہارن کئے جسکا مطلب یہ ہے کہ جہان جہان اور جس جس ذریعہ سے اُنکو گیان کا اُپدیش پہونچا اُسکو فوراً قبول اور اختیار کیا ایک دفعہ دتاتریہ جی بازار مین گذر رہے تہے راجہ کی سواری بڑی دہوم دہام سے آئی - سارے آدمی اُسکے دیکہنے مین متوجہ ہوگئے لیکن ایک تیر بنانے والا اپنے کام مین اسقدر محو تہا کہ اُسکو راجہ کی سواری اور ساری دہوم دہام کی خبر بہی نہین ہوئی - دتاتریہ جی نے اُسکو گرو دہارن کیا اور اُس سے یہ سکہشا حاصل کی کہ اسیطرح دہارمک پُرشون کو پرماتما کے دہیان مین اسقدر محو ہونا چاہئے کہ دُنیا کی دہوم دہام کی اُنکو خبر تک بہی نہو ؛

اسیطرح سے جیو آتما کی چیتنکار روپ شکتی سے انتر مین بہی ہدایات ملنے

لگتی ہین اُن ہدایات کو نہایت متبرک سمجھکر بلا چون و چرا فوراً اُنکی تعمیل کرنی مناسب ہے - اگر اُن ہدایات کی تعمیل نہین کیجاتی تو آیندہ کے واسطے اُنکا ملنا بند ہوجاتا ہے - یہ ہدایات ہر حالت مین مفید ہی ہوتی ہین گو کبھی کبھی اُنکا فائدہ فوراً سمجھہ مین نہ آسکے ؞

یہی ہدایات ہین جنکو - شبد ناد - آواز غیب - شرتی - حدیث - الہام - وغیرہ نامون سے منسوب کیاجاتا ہے ؞

**چیتن جی کا ذکر**

یہ مہاتما بنگال دیش مین بھگتی مارگ پھیلانے مین مشہور ہوے ہین - کچھہ عرصہ اصلاح کرنے کے بعد چیتن جی کو مذکورہ بالا انتر کی روشنی کے ذریعہ ہدایت ہوئی کہ وہ گرہست دھرم کو چھوڑکر سنیاس دھارن کرین چیتن جی موصوف کو اپنی ماتا سے بہت پریتی تھی پھر بھی اُنھون نے اپنی ماتا اور دیگر رشتہ دارون کی محبت اور گرہست کے سکھون سے منہ موڑکر فوراً سنیاس دھارن کرلیا - تھوڑے عرصہ مین اُنکو ثابت بھی ہوگیا کہ سنیاس دھرم مین وہ اپنے تئین اور دنیا کو زیادہ فائدہ پہونچا سکتے تھے - کیونکہ اس آشرم مین جانے سے اُنکو ماتا آدی رشتہ دارون کا کچھہ فکر یا ذمہ واری اور موہ نہ رہا اور وہ اپنا سارا وقت دھرم کی سوکھشم بہاؤ اور باریک مسئلون کے معلوم کرنے اور پھیلانے مین لگا سکے جس کے سبب بے شمار پاپی منش دھارمک بن گئے اور سنسار ساگر سے تر گئے ؞

مذکورہ بالا متبرک روشنی کے درشن ہونے پر اکثر گیانوان مہاتما تو اُسکے دیدار سے سیر ہوجاتے ہین اور آنند مین ایسے مگن ہوجاتے ہین کہ بیرونی دنیا کے سارے تعلقات سے کنارہ کشی اور فراموشی اختیار کرلیتے ہین اور گونگے کیطرح اپنی ساری طاقتون کو چھپا کر مثل گونگے کے گوڑ کے اپنے آنند کا مزہ چکھتے رہتے ہین - دنیا کے لوگ اُنکو دیوانہ سمجھنے لگتے ہین اور وہ دنیا کے لوگون کو دیوانہ اور بے وقوف سمجھکر افسوس کرتے ہین

وہ دل مین ہنستے رہتے ہین کہ سنسار کی منش سُکھہ کی چاہنا رکھتے ہوئے کرم ایسے کرتے ہین جن سے دُکھہ پراپت ہو۔ سچا سُکھہ اُنکے انتر مین ہے مگر وہ اُسکی تلاش باہر مین کرتے پہرتے ہین اور جس طرح سے ہرن کے اندر کستوری ہوتی ہے اور جب ہوا مین اُسکی خوشبو پہیلتی ہے تو ہرن اُسکو باہر سمجہکر کو سون بہاگتا پہرتا ہے۔ وہ لوگ بہی اپنے اندر کے خزانون کو چہوڑکر سنسار کے دُکھہ اندہکار وبیرانون مین دوڑتے پہرتے ہین اور اگر کوئی مہاتما دیا کرکے اُنکی غلطی سے اُنکو آگاہ کرنا چاہتے ہین تو وہ اُن سے جہگڑا کرنے لگتے ہین اور طرح طرح سے اُنکو بدنام کرکے تکالیف پہونچانا چاہتے ہین۔ عام مہاتما تو یہ حالت دیکہکر خاموشی کو پسند کرتے ہین اور اپنے آنند مین ہی مگن رہتے ہین مگر جنکو پرماتما کیطرف سے پریرنا ہوتی ہے وہ باوجود ہزارون تکالیف اور مخالفت کے اپنے مہان سُکھہ کو چہوڑکر بہی اُپدیش کرنا شروع کردیتے ہین اور اُن گمراہون کے اودہار کے واسطے مذکورہ بالا انتر کی روشنی سے ہدایت طلب کرتے ہین *

چنانچہ اسی متبرک روشنی سے ہدایت لینے کے واسطے مہاراجہ رام چندر جی ہر روز صبح کے وقت ایکانت مین بیٹہا کرتے تہے اور اُسوقت کسی شخص کو یہانتک کہ اپنے پیارے بہائی لچہمن جی کو بہی اپنے پاس آنے کی اجازت نہین دیتے تہے اور جب ایک اشد ضرورت کی وجہ سے لچہمن جی اُس موقع پر اُنکے پاس گئے تو رام چندر جی ازحد ناراض ہوئے۔

اسی روشنی کے حاصل کرنے کے واسطے ساکہہ منی گوتم جی نے راج چہوڑکر چہہ برس تک تپ کیا اور اُسکی ہدایت کے موافق بودہ مت کو ظاہر کیا۔

اسی روشنی کے دیدار کے واسطے اور اُس سے ہدایت لینے کو حضرت موسیٰ کوہ طور پر جایا کرتے تہے

اِسی روشنی کو حاصل کرنے اور اُس سے ہدایت طلب کرنے کے لئے حضرت عیسیٰ اپنے مت چلانے سے پہلے چالیس روز تک جنگل مین رہے* یہی روشنی ہے جس کے واسطے حضرت محمد صاحب نہایت تکلیف اور نفس کُشی کے ساتھہ شہر مکہ کے غارون مین چلّے کہینچا کرتے تھے اور اسی روشنی کے ذریعہ اُنکو وحی نازل ہوا کرتی تھی*

یہی روشنی ہے جسکے ذریعہ زردہشت نے آتش پرست مذہب کی بنیاد ڈالی*

پنجاب کے مشہور ریفارمر گورونانک صاحب اور اُنکے جانشینان بہی رات کے پچہلے پہر سے دن کے پہلے پہر تک مین بہت سا حصہ وقت کا اسی متبرک روشنی کے درشن کرتے اور اُس سے ہدایت لینے مین صرف کیا کرتے تہے اور اُسی کے موافق دہرم کا پرچار کیا کرتے تہے*

شنکا - اگر مذکورہٗ بالا روشنی کے ذریعہ ست پرکاش ہوتا ہے اور مختلف اصحاب مذکورہٗ بالا کو ہوا - تب بتلائے کہ اُن سبکے مذاہب مین ست ہی ہے یا کچہہ اَست بہی اور اگر ست ہی ہے تو باہم دیگر اختلاف کیون ہے؟

سمادہان - اس شنکا کے جواب سُننے سے پہلے یہ سمجہنا ضرور ہے کہ ست اور اَست کا کیا سروپ ہے؟

**ست اور اَست کا سروپ -** ست وہ ہے جو کبھی تبدیل نہو یعنی بہوت بہوشت - برتمان یا گذشتہ آیندہ اور موجودہ زمانہ مین ایک ہی طرح رہے اور وہ صرف مذکورہٗ بالا چمتکار روپ شکتی ہے جس کو چیتن شکتی بہی کہتے ہین اور اُسکے کئی درجے ہین مثلاً جسم کے نیچے مقامات مین اُسکو دیوتا کہا ہے - ہر ایک حصہ جسم کے مختلف دیوتا ہین جو اپنے حصہ مین سوتنتر تا سے کام کر سکتے ہین مگر اپنے سے بڑے حصہ سے بطور ماتحتی

کے سنبندہ رکھتے ہین - ان بے شمار دیوتاؤن کو نیم مین رکھنے والی شکتی کو جیو آتما کہتے ہین جو سارے جسم مین ویاپک ہوکر اپنے حد اختیار مین ہر ایک کام کرنے کو سوتنتر ہے مگر جب کام ایک دفعہ کیا جاتا ہے اُسکے پہل اچھے یا بُرے کرم کو بہوگنے کے واسطے اپنے سے بڑی ایشری شکتی کے ماتحت ہے - یعنی ساری جیو آتما ایشر کے نیم کی پابند ہین اور جو شکتی ان سب شکتیون کو سہارا دے رہی ہے اور نیم مین رکھتی ہے اُسکو پرماتما - پرمیشر اور برہم کہا جاتا ہے - دراصل شکتی ایک ہی ہے مگر بسبب مختلف کامون کے مختلف نام رکھے گئے ہین - ہندوستان کے عوام الناس مین رام نام سے اس شکتی کو منسوب کرکے بطور ضرب المثل "رام نام ست ہے" کا فقرہ بولا جاتا ہے اور عموماً جب کوئی مرجاتا ہے تو اُسکی ارتہی کے ساتھہ یہ فقرہ بار بار بولا جاتا ہے - جس سے عقلمند اور کم عقل سب سمجھہ جاتے ہین کہ مرتیو شتر پراست ہے - اور ست کیول پرماتما ہے - اسیطرح سے اہل اسلام مین بہی ست سروپ پرماتما کو "حق تعالیٰ" کہتے ہین ❊

است وہ ہے جو ہمیشہ ایک شکل سے دوسری شکل مین تبدیل ہوتا رہتا ہے جسکو اصطلاح مین پرکرتی اور جڑ شکتی بہی کہتے ہین اور وہ استہول دیہہ یعنی جسم ہے جسکی سب سے سوکشم طاقت بدہی یعنی عقل ہے ❊

مذکورہ بالا وجود ست اور است پاچتین اور جڑ شکتیان سبہاؤ سے انادی ہین انہین سے ست شکتی تو ہمیشہ ایک ہی طرح رہتی ہے مگر جڑ شکتی پربہاؤ سے ہمیشہ بدلتی رہتی ہے ❊

النکار یعنی استعارہ مین ست شکتی کو امرت روپی چشمہ کہا گیا ہے جو چارون طرف مایا روپی مٹی کی اونچی اونچی دیوارون سے گہیرا ہوا ہے جوگ ابہیاس کے ذریعہ انسان اُس چشمہ کو اپنے انتر مین انوبہو کرتا ہے اور سنجم روپی ڈول اور رسی کے ساتہہ ستسارک منشون کی اگیان روپی

روگ کو ناش کرنے کی ہمت اُس چشمہ سے ساتوک بدہی روپ برتن مین امرت بہر کر باہر لے آتا ہے اور دہرم کے پیاسے منش اُ سکے پاس آکر اپنی پیاس بجہانے لگتے ہین ✣

مذکورہ بالا ظرف (یعنی ساتوک بدہی) جسقدر صاف اور بڑا ہوتا ہے اُسیقدر ست کا پرکاش اُس مین زیادہ صاف اور زیادہ مقدار مین آتا ہے اور اُسی اندازہ سے اُس شخص کے اُپدیش مین زیادہ اثر اور فائدہ ہوتا ہے اور ہزارون آدمی اُسکی بات کو فوراً مان لیتے ہین کیونکہ وہ اپنی تیزی عقل کے سبب مشکل سے مشکل بات کو عام فہم الفاظ مین سمجہا دیتا ہے - بعض آدمی اپنے نشچے یعنی اعتقاد کے موافق اُسکو ہی پرمیشر یا بجاے پرمیشر سمجہنے لگتے ہین غرضیکہ مذہب کے پہیلانے والے اصحاب کے اُپدیش مین انتری بہید یعنی اندرونی فرق تو عقل کے پیمانہ کے بموجب واقع ہوتا ہے - اور باہری بہید یعنی بیرونی فرق کی وجوہات حسب ذیل ہین ✣

ساتوک بدہی کے ذریعہ جو ریفارمر کے ہردے مین ست کا پرکاش ہوتا ہے اُسکے ذریعہ صرف بطور بشارت یہ ہدایت ہوتی ہے کہ جس اصلاح کو وہ چاہتا ہے اُس مین ضرور کامیابی ہوگی - یہ بشارت اُسکے دل مین اسقدر زہن نشین ہوجاتی ہے کہ خواہ کیسی ہی مشکلات اور تکالیف عائد ہون وہ بغیر گہبرانے کے خوشی خوشی اُنکو برداشت کرکے اپنا کام کئے جاتا ہے اور اُس کام کرنے کے لئے اُسکو خاص خاص وسائل اور طریقے حسب حال زمانہ یعنی اُسوقت کے آدمیون کے شاریرک - مانسک - آتمک - گرہست - ساماجک اور پارلوکک دہرم کی اوستہاؤن کا اندازہ کرکے سوچنے اور اختیار کرنے پڑتے ہین - ساتہہ ہی اُسکے پبلک اوپینین یعنی عام رائے - سلطنت - آب وہوا - تعلیم وغیرہ کی حالت اور اثر کو بہی مدنظر رکہنا پڑتا ہے ✣

یہ وجوہات اختلاف مذاہب ایسی ہین کہ ہمیشہ رہینگی لیکن انکے رہتے

ہوئے بھی ہر ایک سچا متلاشی اپنے مذہب یا جس مذہب کو وہ اچھا سمجھے اُسکے اصولونکی عملی طور پر پابندی کرنے سے دلی مراد حاصل کرسکتا ہے ۔

نانا پرکار کی مت متانتر جو موجود ہین یہ گویا سچے دھرم کی پراپتی کے واسطے گھاٹ بنے ہوئے ہین جنمین گذر کرکے مذکورہ بالا امرت روپی اندرونی چشمہ پر سہولیت سے پہونچنا ممکن ہے ۔ لیکن بجائے اُن گھاٹون کے اندر جانیکے چار دیواری کے باہر کھڑے کھڑے یہ بحث و مباحثہ کیا جاوے کہ ہمارا گھاٹ اچھا ہے اور باقی سب خراب ہین تو کوئی فائدہ نہین نکل سکتا ۔

اور اگر ایسے وا چک گیانی اصحاب خود غرضی وغیرہ سے سچے دھرم کے اُپدیش کرنیوالے کو تکلیف پہونچاتے ہین تو پرماتما کے نیا‌ء سے ڈنڈ کے بھاگی ہوتے ہین کیونکہ سینکڑون مین کوئی گیان کیطرف رجوع ہوتا ہے ہزارون رجوع کرنیوالون مین کوئی ٹھیک ٹھیک جتن کرتا ہے اور لاکھون جتن کرنیوالون مین کوئی جتھارتھ گیان کو پراپت ہوتا ہے اور کروڑون گیانیون مین کوئی گیان کا اُپدیش کرنے کو کھڑا ہوتا ہے پس ایسے پرماتما کے پیارے ورلا اُپدیش کرنیوالے کو تکلیف پہونچانا یا تکلیف پہونچانے کا ارادہ کرنا گویا پرماتما کے برخلاف مخالفت کا جھنڈا کھڑا کرتا ہے ۔ جو کوئی منش ایسے مہاتما کا ایزدہ کرتا ہے وہ جیسے کہ کشٹ کی بیماری والا تکلیف بھوگتا ہے اور اُسکی تکلیف کا اثر اُسکے سات پشت تک رہتا ہے ۔ اسیطرح خود معہ اپنی سات پشت تک اولاد کے نرک مین باس کرتا ہے ۔ اور اگر وہ خاندان کا مکھیا ہوتا ہے تو سارے خاندان کو تکلیف ہوتی ہے اگر وہ قوم کا پیشوا ہوتا ہے تو ساری قوم کو نقصان پہونچتا ہے ۔ اگر راجا ہوتا ہے تو اُسکا راج نشٹ ہوجاتا ہے برخلاف اسکے جو کوئی ایسے مہاتما کا جتھا جوگ آدر کرتا ہے وہ معہ اپنی سات پشت کے سورگ کا بھاگی ہوتا ہے ۔ خاندان کا مکھیا ہو تو اُسکا سارا خاندان فائدہ اُٹھاتا ہے قوم کا پیشوا ہو تو ساری قوم ترقی کرتی ہے ۔ راجا ہو تو اُسکے راج مین بیشمار برکتین نمودار ہونے لگتی ہین ۔ اور جو کوئی اُن مہاتما کے اُپدیش کی قدر کرکے اُسکے موافق عمل کرتا ہے وہ سچا گیان حاصل کرکے لوک اور پرلوک

اور یہ لوک دونو کو سدھ کر لیتا ہے - خوش قسمت ہین وہ منش - وہ خاندان کے مُکھیا - وہ قوم کے رہنما اور وہ راجا جو ایسے مہاتما کی پوری قدر کرتے ہین اور اُنکے اُپدیش کے موافق عملدرآمد کرتے ہین -

**شنکا دوم** آپ نے گیان پراپتی کے بڑے طول طویل طریقے بیان کئے ہین اور ویدیاس جی نے جنہون نے ویدانت شاستر رچا ہے اور شنکر سوامی نے جنہون نے ویدانت شاستر کا بھاش یعنی تشریح کی ہے گیان پراپتی کے واسطے صرف ایک فقرہ جاننا کافی سمجھا ہے یعنی وہ برہم ست اور جگت متھیا اور جیو اور برہم ایک ہین اور مین برہم ہون" اسکو مہاواک اور سارے ویدون کا سار کہا جاتا ہے - اسی کا اُپدیش بطور گرومنتر دیا جاتا ہے - کیا اس بات کے جاننے سے منش گیانوان نہین ہو سکتا ؟

**سمادھان** - اس فقرہ بلکہ چارون ویدون کو پڑھکر بھی گیانی ہونا ممکن نہین تاوقتیکہ ویدون کو پڑھکر اُنکے اندر جو ہدایات مندرج ہین عرصہ دراز تک اُن پر عمل نہ کیا جاوے - صرف کتابی علم سے واچک گیانی ہوکر اپنے تئین برہم سمجھنا ایسا ہے جیسے کہ تھیٹر کے تماشہ مین راجہ اندر کا سوانگ بھر کر اپنے تئین راجہ اندر ظاہر کیا جاتا ہے *

رشیون نے اسمپر گیات یوگ کی نروکلپ سمادھی کے ذریعہ جوتی سروپ پرماتما کا انوبھو کیا ہے جس سے اُنکو نتیجہ ہوا کہ اس جگت مین سار وستو جو استھول سے استھول اور سوکشم سے سوکشم ہے کیول برہم سروپ پرماتما ہی ہے - اُن سے ہی سب چیزین ہوئین وہی اُن سب کو ستا دے رہا ہے اور مہا پرلے کے سمے اُنہین ہی سب چیزین لے ہو جاوینگی اگر صرف ایک فقرہ کے جاننے سے ہی گیانی ہونا ممکن ہوتا تو بڑے بڑے رشی اور منیون نے جو عرصہ دراز تک تپ کیا - ست سنگ کیا - جوگ ابھیاس کیا وہ سب لے فائدہ تھا *

**سکھدیو منی کا ذکر** یہ مہاتما یادرائین رشی المعروف ویدویاس جی کے پُتر

ہوئے ہیں - لڑکپن سے ویراگ آدی شُبہ گُن اُنہیں موجود تھے - عرصہ تک تپ کرنے گئے بعد اِنہوں نے اپنے پِتا سے روحانی علوم کی تعلیم حاصل کی لیکن اُنکو اصلی گیان کی پراپتی اور پوری تسلی نہیں ہوئی - تب ویاس جی نے اُنکو راجہ جنک کے پاس اُپدیش لینے کو بھیجا - راجہ جنک نے پہلے اُنکی کئی طرح آزمایش کی اور جب اُن کا انتہ کرن شُدھ پایا - اور اُن کے دل میں گیان پراپتی کی سچی خواہش دیکھی تب اُنکے ادھکار کے موافق اُپدیش کر کے اُنکی تسلی کی - اگر صرف ایک فقرہ سے ہی گیانی بننا ممکن ہوتا تو بجائے اِسقدر محنت اور کوشش کے وہ فقرہ ویاس جی لڑکپن کی حالت میں ہی سکھدیو جی کو بتلا سکتے تھے یا راجہ جنک بلا پریکشا کے اُنکے پہونچتے ہی فوراً بتلا دیتے۔

نارد جی کا ذکر - اِسی طرح سے چھاندوگیہ اوپنشد میں ایک اتہاس آتا ہے کہ نارد جی کو باوجود وید آدی شاستر پڑھنے کے سچے گیان کی پراپتی اور شانتی حاصل نہیں ہوئی - اِس وجہ سے وہ جہاں کسی گیان وان پرش سے ملتے تھے - اُن سے گیان کی پراپتی کا جتن دریافت کرتے تھے - اور جب وہ معمولی کتابی ہدایات بتلاتا تھا تو نارد جی مایوسی کے ساتھ کہتے تھے کہ یہ ساری ہدایتیں تو اُنہوں نے کتابوں میں پڑھی ہیں - پرنتو اُن سے گیان اور اُس کے وزریعہ پرم آنند پراپت نہیں ہوا - آخر مثل مشہور ہے کہ جوئندہ یابندہ - نارد جی کا ایک مرتبہ سنت کمار سے ملنا ہوا - اُن سے بھی نارد جی نے گیان پراپتی کا اوپائے پوچھا - سنت کمار جی عالم باعمل تھے اُنہوں نے نارد جی سے پہلے یہ دریافت کیا کہ نارد جی نے کیا کیا وِدیا پڑھی ہے تاکہ وہ اُس سے اوپر کی وِدیا کا اُپدیش کریں - نارد جی نے جواب دیا کہ اُنہوں نے چاروں وید یعنے رگ وید

یجر وید - سام وید - اور اتھرون وید پڑھا ہے - آیور وِدیا اُودی چار اُن اوپ وید پڑھے ہین - جوتش آدمی چودہ وِدیا پڑھے ہین وغیرہ وغیرہ - یہ جواب سُنکر سنت کمار جی نے مُسکرا کر کہا کہ نارد جی جس پرماتما کا ذکر تم نے اِن سب کتابون مین پڑھا ہے اُسکو جوگ ابھیاس کے ذریعہ اپنے انتر مین کھوجو تب سچا گیان اور پرم آنند پراپت ہوگا - یہ کہکر جوگ ابھیاس کے عملی طریقے نارد جی جیسے شدھ ہرت کرن والے پُرش کے ادہکار کے موافق اُنکو بتلائے - جنکے ذریعہ نارد جی کو گیان حاصل ہوا ؛

**شنکا سوم** پراچین اتہاسون سے یہ بھی ثابت ہوتا ہے کہ عالم باعمل مہاتماؤن نے آناً فاناً مین بھی گیان سکھلا دیا ہے چنانچہ دو مشہور روایت کا حوالہ دیا جاتا ہے ؛

**جڑ بھرت جی اور راجہ رہوگن کا ذکر** روایت ہے کہ راجہ رہوگن پالکی مین سوار کسی جنگل مین جا رہا تھا - پالکی کا ایک کہار بیمار ہو گیا - راجہ نے حکم دیا کہ اُس کی جگہہ دوسرا آدمی فوراً مُہیا کیا جاوے - اتفاقاً اُس جنگل مین جڑ بھرت جی وچرتے تھے - ملازمین راجہ نے اُنکو مضبوط اور قوی ہیکل دیکھکر بجائے بیمار کہار کے پالکی مین لگا دیا - جڑ بھرت جی نے اُسکو پرا ربدھ کا بھوگ سمجھکر کچھہ عذر نہ کیا لیکن راستہ مین چیونٹی وغیرہ جانورون کو تکلیف نہ پہونچنے کی خاطر دیکھہ دیکھہ کر آہستہ آہستہ قدم رکھتے تھے - راجہ نے غصہ ہو کر اُن سے آہستہ آہستہ چلنے کا سبب پوچھا - جڑ بھرت جی نے دھرم بھاؤ کے ساتھہ ایسی معقول وجوہات بیان کین کہ راجہ کے دل پر بہت اثر ہوا - اور وہ اُن کو گیان وان مہاتما سمجھکر پالکی سے اُتر پڑا - اُنکے قدم پکڑ لئے اور اپنا قصور معاف کرا کر گیان کے اُپدیش کا

خواستگار ہوا - جڑ بھرت جی نے اُسکو ایک پل مین ایسا گیان کا اُپدیش کیا کہ راجہ پالکی اور اپنے ملازمین کو چھوڑ کر اُسی جنگل مین گیان کے آنند مین مگن ہوکر وچرنے لگا ۞

**راجہ جنک اور اشٹاوکر کا ذکر**

اِسیطرح سے روایت ہے کہ راجہ جنک نے یہ خواہش ظاہر کی کہ کوئی اُس کو ایک پل مین گیان کا اُپدیش کرے اکثر مہاتما تو اس خواہش کا پورا ہونا ناممکن سمجھتے تھے - لیکن مہاتما اشٹاوکر نے راجہ سے کہا کہ ہم تمہاری خواہش پوری کرینگے اسیقدر جلدی اُپدیش کردینگے جیسا کہ تم چاہتے ہو - لیکن یہ بتلاؤ کہ تم اُس اُپدیش کے عیوض ہمکو کیا دوگے - راجہ جنک نے کہا کہ تمام راج آپ کی بھینٹ کرونگا اشٹاوکر نے اعتراض کیا کہ راج اول تو پرجا کی ملکیت ہے جس کو وہ چاہے راجہ بنادے - دوم جیسے تم اپنے پتا کے بعد راجہ ہوئے اُسیطرح سے تمہارا پُتر تمہارے بعد راج کا مستحق ہے سوائے اُس کے تم دوسرے کو کس طرح سے دے سکتے ہو - راجہ نے کہا کہ اپنی رانی آپ کو دینے کو تیار ہون - اشٹاوکر نے اسپر بھی اعتراض کیا کہ جیسے وہ تمہاری استری ہے اسیطرح تمہارے لڑکے کی ماتا ہے - لڑکا اپنی ماتا کو کس طرح بھینٹ کرنے دیگا - غرض اِسی طرح سے جس جس چیز کو راجہ اپنی سمجھکر بھینٹ کرنا چاہتا تھا اُن سب چیزون کو اشٹاوکر جی ثابت کردیتے تھے کہ وہ راجہ کی چیزین نہین ہین - آخر راجہ نے کہا کہ مین اپنا من سنکلپ کرنے کو تیار ہون - اشٹاوکر جی نے کہا کہ اگرچہ من بھی تمہاری وستو نہین ہے تاہم من کو بھینٹ مین لینا ہم قبول کرتے ہین سنکلپ کردو - جب راجہ نے اپنا من اشٹاوکر جی کو بھینٹ کردیا - اشٹاوکر جی

بلا اُپدیش کرنے کے اُٹھ کھڑے ہوئے اور وہان سے چلدئے - راجہ
نے پوچھنا چاہا کہ اُپدیش کیون نہین کیا - لیکن پھر یہ خیال کرکے
کہ من اشٹابکر جی کو سنکلپ کر دیا ہے اُس مین جو خواہش پیدا ہو
میری خواہش نہین ہے - خاموش ہو رہا - ایک برس تک اسیطرح جو خواہش
من مین اُٹھتی تھی اُسکو روک کر نر سنکلپ ہو گیا - ایک برس کے
بعد اشٹابکر جی پھر آئے اور راجہ کے من کو خواہشون سے رہت دیکھکر
گیان کا اُپدیش کیا ۔

سمادھان - یہ دونو درشٹانت در اصل ہمارے دعوے کی مضبوطی
کرتے ہین - جڑ بھرت جی نے راجہ رہوگن کو اُپدیش کرتے ہی ضرور
گیانی بنا دیا - مگر راجہ رہوگن عرصہ سے کپل جی کے آشرم پر جاکر ست
سنگ کیا کرتا تھا اور اُپدیش سنا کرتا تھا - اسوجہ سے جڑ بھرت جی کا اپدیش
فوراً موثر ہو گیا - وہی اپدیش پالکی اُٹھانے والون نے بھی سنا مگر اُنپر
کچھ بھی اثر نہ ہوا کیونکہ اس کوچہ سے ناواقف تھے - راجہ جنک اور
اشٹابکر کے درشٹانت مین آپ خود کہتے ہو کہ راجہ ایک برس
تک نر سنکلپ رہا - نر سنکلپ ہو جانا جوگ ابھیاس کا اصلی سادھن
ہے اُس نر سنکلپتا کے بعد ہر ایک شخص گیان کے اُپدیش سے فوراً فائدہ
اُٹھا سکتا ہے بلا انتہکرن شدھ ہوئے گیان کا اُپدیش خواہ کتنے ہی بڑے
دنیا وی عقل والون کو کیا جاوے وہ اُپدیش کوئی خاص اثر پیدا نہین کر سکتا
چنانچہ روایت ہے کہ بدر جی نے مہاراجہ دھرتراشٹر کو مہابھارت کی لڑائی سے
پہلے گیان کا اُپدیش کیا بدرجی کا مقصد یہ تھا کہ اسکو گیان پراپت ہونے
سے شاید مہابھارت کا بھاری جدہ رک سکے - سارا اُپدیش سُنکر دھرتراشٹر
نے جواب دیا کہ مہاراج آپکے اُپدیش نے بجلی کی طرح میرے ہردے پر چمک ڈالی مگر
بجلی کی چمک کیطرح ہی غائب بھی ہو گیا - جب بدرجی نے بعد جدہ مہابھارت

جب کارن ویراگ کے سبب مہاراج پریکشت کا من خواہشوں سے اُپرام ہو گیا تھا وہی گیان کا اُپدیش شری شکدیو نے راجہ پریکشت کو دیا تو اُس نے فوراً اثر کیا۔

جسطرح سے بلا اچھی طرح اگنی روشن کرنیکے اگر ہوم کی سامگری ڈالدیجاوے تو نہ وہ جل سکتی ہی اور نہ اُسمین سے خوشبو نکل سکتی ہی۔ اسیطرح سے بلا انتہ کرن کی شدہی اور گیان اُپدیش کی خواہش کے گیان کا اُپدیش نشپھل جاتا ہی۔ بلکہ سُننے والا اُسکی جیساکہ چاہئے قدر نہین کرتا ہے۔ پرماتما کا یہ ایک نیم ہے کہ جس طرح بھوکے کو سواے روٹی کے کسی دوسری چیز کیطرف نظر نہین جاتی اور پیاسے کو جبتک پانی نہ ملے نہایت بیقراری رہتی ہے اسیطرح سے جب گیان حاصل ہونے کی سچی پیاس لگے اور بغیر گیان پراپتی کے جتن کے کسی اَور طرف دل متوجہ ہی نہ ہو اُسوقت گیان پراپت ہوتا ہے۔ دراصل جیو آتما گیات اور اگیات دونو وشیون کو جاننے والا ہے۔ لیکن مل وکشیپ اور آورن کے پردون سے اُسکا گیان ڈھکا ہوا ہے۔ پس وہ پردے دور کرنے چاہیئن۔ پھر گیان کا اُپدیش ہر در دیوار سے خود بخود ملنا شروع ہو جاتا ہے۔

پرشن۔ کیا یہ صحیح ہے کہ گیانی جنم مرن سے رہت ہو جاتا ہے یعنی گیان کی پراپتی سے آواگون یا تناسخ سے رہائی ہو جاتی ہے۔

اوتر۔ ہان یہ صحیح ہے اور اُسکی وجہ جاننے کے واسطے پہلے یہ معلوم کرنا چاہئے کہ آواگون یا تناسخ کا کیا اصول ہے۔

تناسخ کیونکر ہوتا ہے – جسوقت موت کا سمے آتا ہے اُسوقت جو خواہش دل پر زیادہ اثر رکھتی ہے۔ اور نیز جن جن گذشتہ کرمون کے پھل بھوگنے کا سمے آجاتا ہے اُن دونو کے موافق پیراربدہ بنکر دوسرا جسم ملتا ہے۔ پراربدہ کے انوسار اچھے یا بُرے خاندان مین راجا یا رنک کے گھر مین صحت یا بیماری کی حالت مین پیدا ہونا ہوتا ہے۔ پیدا ہونے کے بعد پچھلے کرم سنسکار روپ ہو کر اچھی بُری خواہشین پیدا کرتے رہتے ہین اور موجودہ تعلقات یعنی ست سنگ یا کوسنگ وغیرہ کا بھی

دُکھ پڑتا رہتا ہے اسطرح سے پراربدہ اور پریشان رہتا ہے غلکہ زندگی بھر اچھی یا بُری
حالت پیدا کرتے رہتے ہین غرضکہ اسطرح سے لئے سنچار کرم پیدا ہوکر سنچیت یعنے
جمع ہوتے رہتے ہین - اور انہین سے پیدا کرم [پارابدہ] ہو کر پراربدہ بنکر بھوگے جاتے
ہین - جوگ ابھیاس کے ذریعہ پرارابدہ اور [پیز] سنچیت کرمون کا اندازہ ہوتا ہی
اور وہ آہستہ آہستہ ان کرمون سے رہائی شروع ہوتی ہے یعنے جوگ ابھیاسی
پرش پہلے اتینت پُرشارتہہ کرکے بُرے کرمون کو اچھے کرمون سے کاٹتا ہے
جیسے ایک لوہے کی گولی معمولی رفتار مین نشیب کیطرف یعنے جنوب مین لڑھکی
جا رہی ہو - اور ایک دوسری گولی ذرا زیادہ زور سے اُسکے پیچھے لُڑھکائی
جاوے اسطرح سے کہ وہ دوسری گولی پہلی گولی سے ٹکرا کر قدرے جنوب
مشرق کیطرف کشش کرے تو پہلی گولی کا رخ بھی جنوب مشرق کیطرف ہو جاویگا -
اسیطرح سے بُرے کرم جو جنوب کیطرف ارتھات نرک مارگ مین لیجا رہے
ہین اُنکو مشرق کیطرف ارتہات اچھے کرمون کے ذریعہ سورگ مارگ مین رجوع
کرایا جاوے - اور پھر مشرق سے شمال کیطرف یعنی موکش مارگ کیطرف نشانہ
لگایا جاوے - جوگ ابھیاسی پُرش بُرے کرمون کو اچھے کرمون سے تبدیل کرکے
اچھے کرمون مین درجہ مقرر کرتا ہے اور ادنی درجہ کے کرمون کو چھوڑتا ہوا اعلیٰ
درجہ کے کرمون مین پرورت ہوتا ہے اور اعلیٰ درجہ کے کرمون سے نسکام
کرمون تک پہونچتا ہے - جیسے جیسے نسکام کرم زیادہ کئے جاتے ہین ویسے
ویسے خواہشین کم ہوتی جاتی ہین - اور جب کوئی خواہش نہین رہتی تو شریر
یعنی جسم جو خواہش سے بنا ہوا ہے - نہین کیطرح ہو جاتا ہے اور مرتے وقت
کوئی خواہش نہ رہنے سے دوسرا جسم نہین ملتا - بس جوگ ابھیاس کے ذریعہ انتہہ کرن شدہ
ہونے پر گیانی جنم مرن سے رہت ہو جاتا ہے یعنے آواگون یا تناسخ سے رہائی پاتا ہے
اور سدیو کال یعنی ہمیشہ موکش کے سُکھ کو بھوگتا رہتا ہے جسکا ذکر اگلے حصہ مین
کیا جاویگا -

# جلد دوئم حصہ چہارم

## موکش یعنے نجات

**موکش کی ویاکھیا**

موکش ایک سنسکرت لفظ ہے جسکے معنی چھوٹنے کے ہیں اصطلاح میں موکش اوس حالت انبساط کو کہتے ہیں جسمیں سنسار کے دکھوں کی نورتی ہوکر پرمانند کی پراپتی ہوتی ہے یعنی دنیاوی تکالیف سے نجات مل کر سرور دائمی حاصل ہوجاتا ہے ۔

**موکش کے بارے میں ریشیوں کی رائے**

ہندوستان میں جبکہ سماجک اونتی عمدہ طرح ہوتی تھی اور بہیجے دیار تک پرش سلسلہ وار ترقی کرتے ہوئے موکش کی اوستھا کو آسانی سے پراپت ہوسکتے تھے اوسوقت کے چند مہاتماؤں کی رائے موکش کے بارے میں ذیل میں لکھی جاتی ہیں ۔

**۱۔ وشسٹ جیکی رائے**

وشسٹ جی مہاراج جنہوں نے مہاراجہ رامچندر جی اور دیگر راج کماروں اور ادہکاری پرشوں کو طرح طرح سے اوپدیش کیا ہے جسکے سبب مہاراجہ دسرتھ۔ مہاراج رامچندر جی۔ ہنومان جی۔ مہارانی کوشلیا وغیرہ آٹھ ادہکاری پرش موکش اوستھا کو پراپت ہوتے ہیں جسکا مفصل ذکر جوگ وشسٹ نام پستک میں مندرج ہے۔ ان وشسٹ جی مہاراج کی رائے ہے کہ جب جوگ ابھیاس کے ذریعہ دشٹ کرم اور دشٹ واسنا کے ہوجاتی ہیں تب منش کی ساری شکتیاں اپنے اپنے سبھاؤ میں استھت ہوجاتی ہیں سبھاؤ سے ورودھ کوئی کام نہیں کرتی ہیں اور اسوجہ سے کوئی دکھ پراپت نہیں

ہوتا ہے اوس حالت میں جیسے کہ نیند میں اسنھول دیہہ کی خبر نہیں رہتی اسیطرح سے جاگرت اوستھا میں بھی اسنھول دیہہ سے بےخبری ہو جاتی ہے اور اتی واہک دیہہ سے سارے سُکھ بھوگے جاتے ہیں اسی حالت کو موکش مانا ہے +

(۲) پاتنجلی جی جنہوں نے جوگ شاستر رچا ہے جسکا مختصر ذکر بار لوکک دہرم کے دوسرے حصہ جوگ ابہیاس میں کیا گیا ہے۔ وہ سارے کلیشوں سے چھوٹنے کو موکش کہتے ہیں۔ پاتنجلی جی نے سارے کلیشوں کو مثل ساری چت کی برتیوں کے پانچ قسم پر منقسم کیا ہے۔ وہ پانچ قسم حسب ذیل ہیں:۔

(۱) اودیا یعنے جہالت۔ اسکو سارے کلیشوں کی جڑھ کہا ہے۔ اس اودیا کے سبب ہی جنم مرن آدی دکھہ ساگر میں غوطہ کہانے پڑتے ہیں۔ پاتنجلی جی نے اودیا کو بھی چار حصوں میں بانٹا ہے +

نت پدارتھوں کو انت اور انت پدارتھوں کو نت سمجھنا مثلاً پرماتما جو جگت یعنے دنیا کے نت کارن ہیں اور اسیطرح سے جیو آتما جو دیہہ یعنے جسم کا نت کارن ہے۔ اور پرکرتی یعنے مادہ جو اوپادان کارن ہے۔ اور جو نادی ہیں انکو انت یعنے ناپائدار سمجھنا اور کاریہ روپ سنسار کو یعنے جسم خاکی کو نت یعنے ہمیشہ رہنے والا سمجھنا۔ اودیا کا پہلا بہاگ مانا ہے +

اشوچ میں شوچ اور شوچ میں اشوچ بدہی کا کرنا ارتہات مل موتر آدی سے بھرے ہوئے شریر میں پوتر بدہی کا کرنا۔ سپرش اندریوں کے بھوگ میں اتینت پریتی کرنا۔ جہتا بہاشن آدی ویوہاروں کو شدھ سمجھنا اور ست بہاشن۔ پروپکار آدی ویوہاروں میں اپوتر بدہی کا کرنا اودیا کا دوسرا بہاگ کہا گیا ہے +

(۳) دکھہ میں سکھہ اور سکھہ میں دکھہ بدہی کا کرنا ارتہات وشیے ترشنا۔ کام کرودہ لوبہ۔ موہ۔ راگ دویش ہرکھ شوک۔ ایرکہا آدی دکھہ روپ ویوہاروں میں سکھہ ملنے کی آشا کرنا اور جت اندریتا۔ سنتوش پریم۔ نمرتا آدی سکھہ روپ ویوہاروں میں دکھہ بدہی کا کرنا اودیا کا تیسرا بہاگ کہا گیا ہے +

(۱) اناتما میں آتما بدہی اور آتما میں اناتما بدہی ارتہات اپنی دیہہ کو اجر اور امر سمجہکر اپنے سکھ کے لئے پشو پکشیوں آدی میں جو آتما موجود ہے اوسکو جڑ سمجھکر اونکو طرح طرح کے دکہہ دینا۔ یہ اودیا کا چوتھا بہاگ ہے۔ اس چار بہاگ والی اودیا میں پہنسے رہنے سے ہمیشہ بندہن رہتا ہے۔

(۲) دوسرا کلیش اسمتا کا مانا ہے یعنے ابھمان اور اہنکار سے اپنے تئیں بڑا سمجہکر اور دوسروں کو چہوٹا سمجہکر اونکی اوتم سکہشا اور اوتم گنوں کو گرہن نہ کرنا۔

(۳) تیسرا کلیش راگ یعنے محبت کا ہونا مانا ہے۔ جب کسی سکھ کو عرصہ تک بہوگا جاوے اور پہر کسی سبب سے وہ سکھ موجود نہ رہے تو اوس سکھ کو یاد کر کے ترستے رہنا۔

(۴) چوتھا کلیش دویش یعنے دشمنی کا کرنا مانا ہے۔ جب کسی سبب سے تکلیف پہنچی ہو تو اوسکو یاد کر کے سدا کرودہ بدہی ہونا۔

(۵) پانچواں ابھی نویش کلیش مانا ہے۔ یعنے موت سے ڈر کر ہمیشہ یہ کوشش کرتے رہنا کہ کبہی مرنا نہ ہو۔

ان کلیشوں سے چہوٹنے کے اوپائے بہی پاتنجلی نے کہے ہیں یعنی مہاتماؤں کے اوپدیش اور ست سنگ اور جوگ سادہنوں کی نیم سے اودیا نشٹ ہوجاتی ہے اوسکے نشٹ ہونے سے باقی کلیش بہی نشٹ ہوجاتے ہیں ابھمان نمرتا سے بدل جاتا ہے۔ سنجوگ اور وجوگ کے نیم کو اچھی طرح سمجھنے سے راگ دویش اور ابہی نویش کلیش کا ابہاؤ ہوجاتا ہے۔ اسی کو موکش مانا ہے۔

(۳) گوتم رشی جنہوں نے نیائے شاستر رچا ہے وہ بہی اودیا کے دور ہونے سے ہی موکش اوستہا کی پراپتی مانتے ہیں۔ گوتم جی کا نشچے ہے کہ ادہرم۔ اگیان وشے آسکت آدی کی واسنا یعنے ظلم۔ بے انصافی۔ اور نفسانی خواہشوں میں پہنسے رہنا دکہہ کا اصلی سبب ہے۔ جب واسنا دور ہوجاتی ہے تو پہر جنم نہیں ملتا اور جنم نہ ملنے سے سب دکھوں کا اتینت ابہاؤ ہوجاتا ہے۔

دکھوں کے ابہاؤ سے سکھہ ہی سکھہ ہو گنے کو باقی رہجاتا ہے اور اسیدکا نام موکش ہے
(۴) بادر آچارج جو ویدویاس جی کے پتا تھے کہتے ہیں کہ جیو آتما موکش اوستھا میں
اپنے سبھاوک گنوں سے آنند ہو گیا ہے۔ اندری آدی پدارتھوں کا اوس اوستھا
میں ابہاؤ ہو جاتا ہے۔ انکے پتر ویدویاس جی کا ایسا سدہانت ہے کہ بہاؤ اور
ابہاؤ دونو ہی نبے رہتے ہیں ارتہات کلیش اگیان اور اشدہی کا ابہاؤ ہو جاتا ہے
اور آنند گیان۔ شدہتا آدی گنوں کا بہاؤ بنا رہتا ہے ❊

(۵) جیمنی جی جنہوں نے پورب میمانسا شاستر رچا ہے کہتے ہیں کہ موکش اوستھا
میں جیو آتما کے ساتھ شریر۔ پران اور اندریوں کی شدہ شکتی برابر بنی رہتی ہے
اوپ نشدوں میں بھی اکثر پایا ملتا ہے کہ موکش اوستھا میں جیو آتما سنکلپ
سے شریر رچ لیتا ہے اور سنکلپ سے ہی اوسکو تیاگ دیتا ہے ❊

**بندہ اور موکش بدہی کا ویشے ہے**

اصل بات یہ ہے کہ بندہ اور موکش بدہی میں ہے۔ جب بدہی موہ اور اگیان میں پہنستی ہے تب بندہن سمجہنا چاہئے اوسوقت
ہرکھ اور شوک ہوتا ہے اور اندریوں کے ذریعہ جو گیان ہوتا ہے وہ تہیا اور
شوک کا دینے والا ہوتا ہے ❊

**موہ کی مثال**

کوئی ساہوکار نردہن ہو گیا تھا۔ دہن کمانے کو اوسنے پردیس میں
جانیکا ارادہ کیا۔ اوسوقت اوسکی استری گربہوتی یعنے حاملہ تھی۔ تہوڑے عرصہ
میں اوسکے لڑکا پیدا ہوا جب لڑکا بڑا ہوا تو اوس نے اپنے باپ کا حال معلوم
کرکے اوس سے ملنے کیواسطے سفر کا ارادہ کیا۔ اس عرصہ میں ساہوکار بھی دولتمند
ہو گیا تھا اوس نے بھی واپس اپنے شہر میں آنے اور اپنے پتر سے ملنے کا ارادہ
کیا۔ اتفاقیہ دونو کا راستہ میں ایک سرائے میں میل ہوا مگر پتر کو اپنے باپ کا
حال معلوم نہ تھا اور باپ کو لڑکے سے ناواقفیت تھی لڑکا سرائے میں پہلے سے
ٹہرا ہوا تھا پیچھے سے باپ بھی آیا اور پاس کے کمرے میں ٹہر گیا۔ اتفاقاً رات
کو لڑکے کے پیٹ میں درد ہوا اور وہ تکلیف کے سبب بیقرار ہو کر رونے

چلانے لگا۔ اوسکے باپ ساہوکار نے سرائے کے مالک کو بلاکر اور کچھ روپیہ دیکر کہاکہ اس دوسرے مسافر کو سرائے سے باہر کرو ہمکو اسکے چلانے سے نیند نہیں آتی۔ لاچار لڑکے کو سرائے کے باہر جانا پڑا۔ اور صبح کیوقت وہ غش کھاکر ایسا بیہوش ہواکہ اوسکے ملازمین اوسکو مردہ سمجھکر گریہ وزاری کرنے لگے۔ اوسوقت ساہوکار بھی سرائے کے باہر آیا اور اوس نے حال دریافت کیا اور یہ معلوم ہونے پر کہ وہ لڑکا اسکا پتر تہا نہایت رنج وغم کے ساتھ رونے لگا۔ اوسوقت ایک دہنونتر روپ مہاتما کا اوس جگہ گذر ہوا۔ اونہوں نے سارا حال سنکر ساہوکار کو اوپدیش کیا کہ اس سنسار میں سب جیو اپنے اپنے کرم انوسار ملتے ہیں اور سکھ دکھہ بہوگتے ہیں۔ جب پراربدہ روپی سارے کرم ختم ہوجاتے ہیں تب شریر چھوٹ جاتا ہے اور سارے سنبندہ ٹوٹ جاتے ہیں پس مناسب یہ ہے کہ زندگی کیحالت میں جس جیو سے جس قسم کا سنبندہ ہو اوسکو نہایت عمدگی کے ساتھ دہرم بہاؤ سے نبہانا چاہئے اور جب اوسکی موت آجاوے جو صرف اوسی کے پچھلے کرموں کے بہوگ ختم ہونے پر پیش آتی ہے تب سنجوگ اور وجوگ کے اصول کو اچھی طرح سمجھکر کچھ شوک نہیں کرنا چاہئے۔ اس گیان کے اوپدیش سے ساہوکار کو کچھ تسلی ہوئی اور مہاتما نے اوس لڑکے کو غور سے دیکھا تو بجائے مرنے کے صرف بیہوش پایا اوسکو مناسب ادویات دینے سے ہوش آگیا اور صحت حاصل ہوگئی اوسوقت ساہوکار بہت خوش ہوا۔ اور طرح طرح سے موہ کے اظہار کرنے لگا اوسوقت پہر مہاتما ساد ہونے اوپدیش کیا کہ اس حد سے زیادہ محبت کرنیکا نتیجہ پہر دکھدائیک ہوگا جیسے تمکو مناسب نہ تہا کہ اس اپنے پتر کو بیماری کی حالت میں غیر آدمی سمجھکر نہایت بے رحمی کے ساتھ سرائے سے باہر کرو ادیا اسیطرح سے یہ بھی مناسب نہیں ہے کہ اب بے اندازہ محبت کرو۔ بلکہ مناسب یہ ہے کہ سارے سنسار کے منشوں کو اپنا سنبندہی سمجھکر اونکے گن کرم اور سبھاو انوسار برتاؤ کرتے رہو۔ ایسا کرنے سے نہ کبھی ہرک ہوگا اور نہ شوک اور نوض

کے ادا کرنے سے ایسا آنند پراپت ہوگا جیسا کہ سوکش آنند ہوتا ہے ٭

**شوک کی مثال** ذکر ہے کہ کوئی شخص ہر روز ایک لوٹا پانی اپنے سرہانے رکھہ کر سویا کرتا تھا اور صبح اوٹھتے ہی وہ لوٹا لیکر رفع حاجت کو جایا کرتا تھا۔ ایک روز رات کو جب وہ سوگیا اوسکی عورت نے ایک دوسرے لوٹے میں گیرو کھولکر وہ لوٹہ بھی چارپائی کے پاس رکھدیا۔ وہ شخص صبح اوٹھتے ہی سوافق اپنی عادت کے لوٹہ لیکر جنگل کو چلا گیا جب آبدست لینے لگا تو اتفاقیہ اوسکی نظر اپنے ہاتھ پر اور گرے ہوئے پانی پر پڑی اوسمیں لالی دیکھ کر سمجھا کہ اوسکے جسم سے خون نکلا ہے۔ اوسیوقت جسم میں کمزوری معلوم ہونے لگی آنکھوں کے سامنے اندھیرا آنے لگا۔ بڑی مشکل سے افتان وخیزاں شہر میں آیا۔ راستہ میں ایک حکیم صاحب مل گئے اون سے خون نکلنے کا ذکر کیا حکیم صاحب نے نبض وغیرہ دیکھ کر ایک بڑا لمبا چوڑا نسخہ لکھدیا وہ لیکر گھر پہنچا اور جاتے ہی چارپائی پر گر پڑا عورت بھی بیماری کا حال سنکر اور چہرہ کو دیکھ کر گھبرا گئی تھوڑی دیر میں عورت نے گیرو کے لوٹے کو تلاش کیا تو بجائے اوسکے دوسرا لوٹا رکھا پایا۔ جب یہ غلطی اوس شخص کو معلوم ہوئی تو ساری موہومہ بیماری چلی گئی اور ہنستا ہوا چارپائی سے اوٹھ کھڑا ہوا۔ یہ دونو مثالیں کان اور آنکھ کی دی گئی ہیں یہی دونو اندریاں ہیں جنکے ذریعہ منش بندھن میں پہنستا ہے اور یہی مبارک دروازے ہیں جنکے ذریعہ سچا گیان ہوکر سب بندھنوں سے چھوٹ کر موکش سکھ کو پراپت ہوتا ہے ٭

**موکش سکھ بدہی کو جیو آتما کے ذریعہ ملتا ہے** جاگرت اوستھا یعنے حالت بیداری میں بدہی باہر کے پدارتھوں اور اندریوں کے میل سے سکھ محسوس کرتی ہے۔ جب اندریاں سپکن اوستھا میں شانت ہوجاتی ہیں تو ویسا ہی سکھ بدہی انتر میں بغیر موجود ہونے اندریوں اور باہری پدارتھوں کے من کے ذریعہ محسوس کرتی ہے جب گہری نیند میں من بھی شانت ہوجاتا ہے تو بھی سکھ محسوس ہوتا ہے۔ جسکو جاگنے پر بیان کیا جاتا ہے یعنے یہ کہا جاتا ہے کہ بڑے سکھ سے نیند آئی۔ اور جب

جوگ سادہنوں کے ذریعہ بدہی جیو آتما کی چمتکار روپ شکتی کا انوبہو کرتی ہے تب ایسا سکہہ محسوس کرتی ہے کہ باہر مکہہ ہونے کی خواہش ہی نہیں رہتی۔ اوس سے بڑا کوئی سکہہ نہیں ہے اور وہ ہمیشہ رہنے والا ہے جنہوں نے اوس سکہہ کو حاصل کیا ہے وہ باقی سارے سکہوں کو ایک بوند کے برابر اور اوس سکہہ کو ساگر یعنے سمندر کی برابر کہتے ہیں۔ اوسی کو پرم آنند۔ برہم آنند اور موکش سکہہ کہتے ہیں

**موکش کی اقسام** موکش کی دو قسمیں ہیں جیون موکش اور کیول موکش۔ جب جوگ ابہیاس کے ذریعہ گیان کی پراپتی ہوتی ہے تب ہرک شوک سے رہت۔ سارے کرموں کو دہرم انوسار کرتے ہوئے اور اونکے پہل کی اچہا نہ کرتے ہوئے کام آدی ویکاروں کے ویگ کو روکتے ہوئے اور ویراگ کا سہارا لئے ہوئے سدیو اِل آنند میں مگن رہنا جیون موکش کا سروپ ہے ×

**راجہ جنک کا ذکر** مشہور روایت ہے کہ راجہ جنک کا ایک پاوں تو بڑی سُندر استریاں اپنے سہتنوں سے دباتی تہیں اور ایک پاوں اگنی میں جلتا تہا مگر اونکو نہ سکہہ ہوتا تہا اور نہ دکہہ۔ مطلب یہ ہے کہ راجہ جنک جُدہ کے سبے دہرم انوسار جُدہ کرتے تہے۔ اوسمیں جیو دکہہ یا ہانی ہوتی تہی اوسکی کچہہ پرواہ نہیں کرتے تہے۔ انتہہ پور میں جب جاتے تہے تو دہرم انوسار وہاں کے سارے سکہہ بہوگتے تہے تہوڑا وقت روزمرہ تنہائی میں بیٹہنے اور دنیا کی ناپائداری پر غور کرنیکے لئے بہی رکہتے تہے اور تہوڑا وقت سنت مہاتماؤں کے ست سنگ میں بہی ضرور خرچ کرتے تہے۔ نکہد کرموں کا ہمیشہ پری تیاگ رکہتے تہے سہکام کرموں کو کرکے اونکے پہل کی اچہا نہیں کرتے تہے نت کرم شوچ آدی کو فرض سمجہکر باقاعدہ انجام دیتے تہے۔ اور نشکام کرموں کو کوشش کرکے کیا کرتے تہے۔ بانی من اور شریر کو ہمیشہ اپنے قابو میں رکہتے تہے۔ اسی سبب سے اونکو جیون موکش کا سکہہ پراپت تہا اور جو شخص اس طریقے سے زندگی اختیار کرے وہ جیون موکش کا سکہہ حاصل کرسکتا ہے ×

جب عرصہ تک جیون موکش کا سکھ ملتا رہتا ہے تب شریر چھوٹنے پر دوسری استھول دیہہ نہیں ملتی ہے کیونکہ کوئی خواہش نہیں رہتی ہے۔ اور مذکورہ بالا جیون موکش کا سا سکھ جیوآتما کے سبہاوک گنوں کے ذریعہ ملتا رہتا ہے اس اوستھا کو کیول موکش کہتے ہیں *

پیدائش کیوقت سے ہی موکش یا بندہن شروع ہوتا ہے

جیسے انسان قریب پچاس برس کی عمر تک پیدا ہوتا رہتا ہے اور اسیطرح سے آیندہ پچاس برس کی عمر تک مرتا رہتا ہے۔ ایسے ہی موکش یا بندہ بھی ایک پل میں نہیں ہو جاتا۔ بلکہ پیدا ہوتے ہی اگر دہرم میں پرورتی شروع ہو جاوے تو آہستہ آہستہ موکش اوستھا کی طرف چلنا ہوتا ہے اور اگر ادہرم میں رچی ہو جاوے تو بندہن کیطرف *

جب بچہ پیدا ہوتا ہے۔ اوسی وقت سے جیسا جیسا اوسکو تجربہ ہوتا جاتا ہے ویسے ویسے ہی اوسکی طبیعت میں خیالات اور افعال پیدا ہوتے جاتے ہیں۔ اگر وہ اپنے ماتا پتا اور دیگر رشتہ داروں کو چھل کپٹ اور منتھیا بھاشن آدی دوشوں میں پھنسے ہوئے پاتا ہے تو وہ بھی اون ہی دوشوں کو گرہن کرنا شروع کر دیتا ہے اور اگر اونکو شبھ گنوں ودیا دہین۔ پروپکار۔ ست بھاشن آدی میں پرورت ہوئے پاتا ہے تو وہ بھی اون گنوں کو سُبھاوک ہی انگی کار کر لیتا ہے۔ اس لیے ماتا پتا آدی سبندہیوں کو پرجتن کر کے شاریرک وما نسک و آتمک دہرم کو پہلی پرکار سویکار کرنا اور اپنی اولاد کو سویکار کرانا چاہیے پرنتو یہ دہرم اوس سمے ہی پالن ہو سکتے ہیں جب گرہست دہرم ٹہیک ہو اور گرہست دہرم کیول ساماجک دہرم کی سہائتا سے ٹہیک ٹہیک نیم میں رہ سکتا ہے۔ ساماجک دہرم کی اوننتی سے ہی سینیاس آدی پار لوکک دہرم کے نیم بھی پالن کئے جانے اور اون میں ترقی ہونی ممکن ہے۔ اس لیئے سارے بُدہیمان اور ودوان اور دیش ہتیشی سجن پرشوں کو لازم ہے کہ ساماجک اوننتی میں پہلی پرکار پرورت ہوں اور اگرچہ ہندوستان میں ابھی تک نانا پرکار کی ریتی سے ساماجک اوننتی کا آرنبھ ہو گیا

ہے۔ تاہم اون سب ریتیوں میں دھرم مہو تشو کے ذریعہ جلدی اور عمدہ طرح ساماجک دہرم ترقی پذیر ہونا ممکن ہے کیونکہ اس میں سارے وہارمک پرش اور دہرم کے متلاشی خواہ وہ کسی قوم اور فرقے سے ہوں خواہ وہ کسی مذہب اور ملت کو اچھا سمجھتے اور اختیار کرتے ہوں۔ وہ سب شامل ہوکر علی وسایل ساماجک اونتی کے سوچ سکتے ہیں۔ اور عمل میں لاسکتے ہیں ۔

**پرشن** ۔ کیا بغیر ساماجک اونتی کے کوئی شخص موکش اوستھا کو پراپت نہیں ہوسکتا ہے

**اوتر** ۔ ساماجک اونتی بطور ایک پکّی سڑک کے ہے جسکے ذریعہ موکش روپی پربت پر آسانی سے چہڑنا ہوسکتا ہے۔ لیکن اگر کسی کو سچی تلاش ہو تو وہ مختلف مہاتماؤں اور اونکی کتابوں کے ذریعہ ایک پاک ڈنڈی بناکر محنت اور تکلیف کے ساتھ چڑھ سکتا ہے۔ مگر یہ بڑے ہمت والوں کا کام ہے اور اونکو بھی ہر قدم پر نیچے گر جانے کا خطرہ رہتا ہے ۔

**پرشن دویم** ۔ سری کرشن جی مہاراج نے ارجن کو سارے دہرموں کا اوپدیش کرکے آخر میں یہ کہا ہے کہ "سب دہرموں کو چہوڑکر میری سرن لے" کیا یہ صحیح ہے اور اسطرح موکش پدوی مل سکتی ہے ؟

**اوتر** ۔ یہ صحیح ہے اور ایک علی ذریعہ موکش کے حاصل ہونے کا ہے لیکن اس ہدایت پر عمل کرنا بہت مشکل ہے اور اگر عمل کیا جاوے تو بڑا کارپا تما اوس سچے عامل کے ہردے میں مذکورہ بالا دہرم پرگٹ کر دیتے ہیں یا کسی عالم باعمل مہاتما سے اوسکا تعلق کرا دیتے ہیں لیکن پرماتما پر ہی بہروسہ رکہنے کے یہ معنی ہیں کہ اپنے سنکلپ کو بالکل چہوڑ دے۔ اور جو ہدایت جسوقت دل میں پیدا ہو فوراً اوسکی تعمیل کردے ۔

**مولف کا ذاتی تجربہ** پندرہ برس سے زیادہ عرصہ گذرا کہ مولف نے جو کسی شاستر یا مذہبی کتاب سے اوسوقت واقف نہ تہا اور کسی مہاتما کا باقاعدہ ست سنگ نہیں کیا تھا۔ صرف ایک پرماتما پر بہروسہ کیا۔ انترجامی پرماتما نے

سچی پریتی اور نشچے کو دیکھ کر ایک عالم و فاضل اور پورن جوگی، **سوامی شوگر جی مہاراج** سے سبندہ کر دیا۔ یہ مہاتما **گنجاہ ضلع گجرات ملک پنجاب** میں مون برتی سے یعنے قریب چالیس برس سے خاموشی کیحالت میں رہتے ہیں۔ میر اسچا بہاؤ دیکھکر مہاتما موصوف نے سپنے یعنے خواب کے ذریعہ ہدایات دینی شروع کیں جنکی تعمیل اپنی حدامکان تک میں نے کی اونہیں مہاتما کی کرپا درشٹی اور سہائیتا سے وشیش کر کے میں نے یہ پستک لکھی ہے اور میری درڑھ نشچے ہے کہ میری طرح اگر کوئی سچے دل سے پرماتما کی سرن لیگا اور بغیر کسی دنیاوی لحاظ کے بغیر خیال کرنے سکھ دکھ ہانی لابھ عزتی اور بعیزتی کے پرماتما کی ہدایات کو حاصل کرنے کے واسطے ہر وقت تیار رہے اور اون کی تعمیل کرنا اپنا فرض سمجھے تو پرماتما خواہ اوسکی بدھی کو ساتوک کر کے اوس کے ہردے میں خود سچے گیان کا اوپدیش کر دینگے خواہ کسی پورن گیانی مہاتما سے تعلق پیدا کرا دینگے اور رفتہ رفتہ جب وہ پورا ادہکاری ہو جاویگا اوس کو موکش سکھ کا بھاگی کر دینگے۔